NGUYỄN HUY CÔN

KỸ THUẬT ĐỌC NHANH

CÁC SÁCH BÁO VÀ TÀI LIỆU
KHOA HỌC - KỸ THUẬT



NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

https://tieulun.hopto.org

KỸ THUẬT ĐỌC NHANH
CÁC SÁCH BÁO VÀ TÀI LIỆU
KHOA HỌC - KỸ THUẬT

https://tieulun.hopto.org

NGUYỄN HUY CÔN

- Chuyên gia về kỹ thuật xây dựng, kỹ thuật môi trường, ngôn ngữ và thông tin khoa học về xây dựng.
- Nhà báo

TÁC GIẢ CÁC SÁCH ĐÃ VIẾT VÀ XUẤT BẢN TẠI NXB KHOA HỌC VÀ KỸ THUẬT, NXB XÂY DỰNG, NXB THẾ GIỚI VÀ MỘT SỐ NXB NƯỚC NGOÀI:

Sách khoa học - kỹ thuật:

1. Khí hậu - kiến trúc - con người
2. Ánh sáng và kiến trúc
3. Âm thanh trong kiến trúc và đô thị
4. Môi trường xây dựng
5. Sách lịch kiến trúc và xây dựng '88
6. Tổ chức thông tin khoa học và kỹ thuật xây dựng
7. Muốn đọc và hiểu nhanh tài liệu, sách báo khoa học - kỹ thuật
8. Từ cấu trúc sinh học đến kiến trúc
9. Luật bảo vệ Môi trường của nước CHXHCNVN (bản dịch Anh ngữ)
10. Xây nhà cho mình
11. Vi khí hậu công trình trong điều kiện nóng ẩm Việt Nam.

Sách ngôn ngữ:

1. Từ điển xây dựng Nga - Việt
2. Từ điển xây dựng Anh - Việt
3. Từ điển xây dựng Pháp - Việt
4. Từ điển xây dựng giải thích
5. Từ điển danh nhân kiến trúc thế giới
6. Từ điển Bách khoa Việt Nam (biên soạn và biên tập phần kiến trúc)
7. Từ điển Anh - Việt xây dựng theo ngành nghề
8. Ngôn ngữ kiến trúc - xây dựng - một hệ thống hoàn chỉnh

Sách văn hóa - nghệ thuật:

1. 200 trường hợp phong thủy nhà ở
2. Đồ họa Âu Mỹ thế kỷ 20
3. 50 truyện về cha và con của Erich Ohser
4. Cuộc đời và năm sinh của bạn

TÁC GIẢ HÀNG TRĂM BÀI BÁO TRÊN CÁC TẠP CHÍ

https://tieulun.hopto.org

NGUYỄN HUY CÔN

KỸ THUẬT ĐỌC NHANH CÁC SÁCH BÁO VÀ TÀI LIỆU KHOA HỌC - KỸ THUẬT

TÁI BẢN LẦN THỨ I

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

https://tieulun.hopto.org

HOAN NGHÊNH BẠN ĐỌC GÓP Ý PHÊ BÌNH

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ
161B Lý Chính Thắng - Quận 3 - TP. Hồ Chí Minh
Điện thoại: 8444289 - 8465596 – Fax: 84.8.8437450
E-mail: nxbtre@hcm.vnn.vn

https://tieulun.hopto.org

LỜI GIỚI THIỆU

Hiện nay, trên thế giới cũng như ở nước ta tồn tại một mâu thuẫn khó giải quyết giữa nhu cầu kiến thức, khối lượng sách báo, tài liệu khoa học - kỹ thuật với các điều kiện cần thiết để thu nhận thông tin. Trong số các điều kiện đó thì vấn đề thời gian để đọc và phương pháp để nắm được thông tin từ các tài liệu một cách nhanh chóng, có hiệu quả là một trong những điều kiện quan trọng nhất.

Cuốn sách nhỏ này cung cấp cho các độc giả một số kiến thức và phương pháp cần thiết của kỹ thuật đọc nhanh, được hiểu là cách rút ra từ tài liệu đã đọc những thông tin hay với tốc độ cao.

Phương pháp này đã được thực hiện khoảng 4 - 5 thập kỷ qua ở nhiều nước trên thế giới, còn ở nước ta hiện nay, khi mà vật mang thông tin khoa học - kỹ thuật vẫn phổ biến là sách báo và các tài liệu trên giấy thì việc áp dụng, luyện tập phương pháp này có tác dụng tốt trong điều kiện chúng ta có nhu cầu đọc nhưng quá thiếu thời gian để đọc.

Qua nhiều năm làm công tác nghiên cứu khoa học và thông tin KHKT trong xây dựng, tác giả đã áp dụng, đúc rút kinh nghiệm nước ngoài, ứng dụng trong tiếng Việt và biên soạn

https://tieulun.hopto.org

cuốn sách nhỏ này. Tất nhiên, vấn đề mới mẻ và không đơn giản, kinh nghiệm áp dụng chưa nhiều, nên không tránh khỏi sai sót và thiếu toàn diện. Song, với mong muốn tạo điều kiện cho việc đọc sách khoa học - kỹ thuật có hiệu quả và nhanh chóng, chúng tôi giới thiệu cuốn sách cùng bạn đọc và mong nhận được những ý kiến đóng góp quý báu.

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

https://tieulun.hopto.org

Chương I

MỞ ĐẦU VỀ KỸ THUẬT ĐỌC NHANH

TẠI SAO PHẢI ĐỌC NHANH HƠN?

Đọc là một hoạt động văn hóa - tinh thần của con người, là phương tiện chính để giảng dạy và học tập, là công cụ quan trọng để thu nhận thông tin và nhận thức thế giới. Dù cho đến nay, trên thế giới đã xuất hiện nhiều phương tiện mới để chứa đựng và phổ biến thông tin khoa học - kỹ thuật, nhưng cuối cùng vẫn phải "đọc". Tác dụng của đọc vẫn to lớn và không thể thay thế được.

Đọc hay xem, trong trường hợp nêu ra ở đây có nghĩa đồng nhất, tức là tiếp thu thông tin qua thị giác. Vấn đề là ở chỗ chúng ta đọc (hay xem) sách báo, tài liệu như thế nào để có hiệu quả hơn: đọc nhanh hơn và hiểu nhanh hơn những điều đã đọc.

Hiệu quả của việc đọc nhanh hiểu như vậy, ai cũng thấy rõ: đối với sinh viên, người nghiên cứu thì có điều kiện chủ động nắm nhanh bài đọc, đối với thầy giáo thì có điều kiện tổ chức hợp lý và tốn ít thì giờ soạn bài và giảng dạy ở trường học, còn đối với người lãnh đạo, quản lý thì khai thác được tối đa thời gian hiếm có của mình để đọc.

https://tieulun.hopto.org

Song muốn biết rõ hơn nguyên nhân của việc phải đọc nhanh, chúng ta phải gắn với sự phát triển kiến thức và bùng nổ thông tin ngày càng mạnh mẽ trong thời đại chúng ta.

Các nhà bác học tính rằng con người đã tồn tại trong khoảng 50 ngàn năm, quy đổi ra khoảng 800 thế hệ, với tuổi thọ trung bình của mỗi thế hệ là 62. Trong số đó có 650 thế hệ sống trong hang động, 70 thế hệ nối tiếp bắt đầu có chữ viết, 6 thế hệ sau đó mới biết dùng chữ in; 4 thế hệ gần đây mới học cách đo và đánh giá thời gian; 2 thế hệ gần đây nhất mới biết sử dụng điện năng. Và, một điều hiển nhiên nhưng chúng ta ít khi quan tâm tới là hầu hết những gì chúng ta có để sử dụng trong cuộc sống ngày nay đều xuất hiện trong thế hệ hiện đại, thế hệ ngày nay.

Tiến bộ kỹ thuật trong thời đại chúng ta đòi hỏi kiến thức ngày càng nhiều, mà phương tiện chủ yếu để ghi lại kiến thức là sách báo, là vật mang tin trên giấy. Giờ đây, khối lượng các ấn phẩm tăng lên một cách đáng sợ! Sự bùng nổ thông tin đã kéo theo một khối lượng tài liệu khổng lồ. Hiện nay, trên thế giới, cứ 10 đến 15 năm thì khối lượng in ra tăng gấp đôi, và bạn thử hình dung là cứ mỗi phút có 5.000 trang sách ra đời! Chỉ trong nửa thế kỷ qua, khối lượng sách in đã tăng lên tới 4- 5 lần, song đó đã phải là giới hạn đâu. Các nhà bác học tính rằng, cứ đà này thì trong khoảng hơn một thế kỷ nữa Quả Đất sẽ được phủ một tấm chăn dày nửa mét! Do khao khát tri thức, đội quân đọc sách báo cũng tăng lên ghê gớm. Ở một nước có chừng 200 triệu dân đã có khoảng 400 ngàn thư viện và 4 tỷ cuốn sách, kéo theo hàng trăm triệu người đến đọc. Họ đọc những gì và đọc như thế nào?

https://tieulun.hopto.org

Một nhà bác học trong đời mình phải đọc khoảng 200 ngàn cuốn sách. Tất nhiên thống kê cho hay, ở Liên Xô hàng năm một người dân đọc trung bình từ 15 đến 20 cuốn sách, cán bộ kinh tế đọc nhiều gấp rưỡi cán bộ khoa học - kỹ thuật. Qua điều tra, người ta phát hiện ra tình trạng giảm khối lượng và cường độ đọc ở giới khoa học - kỹ thuật, thể hiện ở lượng thông tin đến họ không cao lắm. Có đến trên 50% cán bộ ít quan tâm đến sách báo thuộc nghề của mình và hơn 20% thì hoàn toàn không đọc gì!

Tại sao có tình trạng này? Nguyên nhân chính là vấn đề thời gian. Bảng sau cho thấy thời gian đọc sách rất hiếm, quá nửa số chuyên gia trong các ngành khoa học và kỹ thuật mỗi tuần chỉ có quỹ đọc sách khoảng 3 đến 5 giờ.

Chuyên gia KHKT	Trên 5 giờ	3 - 5 giờ	1 - 3 giờ	Rất ít thời gian
1. Kinh tế - xã hội	44,0	18,2	28,4	9,4
2. Toán - lý	53,1	23,4	19,9	3,6
3. Hóa học	42,2	28,6	24,7	4,5
4. Địa chất - địa lý	48,7	22,6	23,1	5,6
5. Sinh học	57,4	26,5	14,3	1,8
6. Kỹ thuật	26,6	27,0	36,6	9,8
7. Tin học	37,5	28,1	28,4	6,0
8. Nông nghiệp	32,8	28,0	31,3	7,9
9. Triết học	47,9	22,6	24,6	4,9
10. Các chuyên gia khác	37,8	22,9	31,1	8,2

https://tieulun.hopto.org

Cuộc sống trong thời đại hiện nay, có nhiều nhu cầu khác ngoài thời gian làm việc nên thời gian đọc không có khả năng tăng lên được nữa. Vấn đề là phải đọc nhanh hơn, hiểu nhanh hơn. Nói chung, không ai, nhất là các nhà khoa học muốn lâm vào tình trạng thiếu thông tin, không ai muốn bỏ qua những sáng chế phát minh cần thiết với công việc của họ đã công bố trong sách báo. Lẽ ra, một chuyên gia máy tính điện tử, mỗi tháng phải đọc khoảng 40 tạp chí trong và ngoài nước. Song với thời gian và tốc độ đọc như hiện nay, thì không thể ngốn hết chừng ấy. Một cán bộ lãnh đạo viện nghiên cứu lẽ ra hàng ngày phải đọc 150 - 200 trang tài liệu cần thiết.

Đọc và xử lý thông tin là những công việc khá nặng nề và tốn thời gian. Để làm được việc cho ra trò, một giám đốc xí nghiệp phải mất 40%, kỹ sư thường mất khoảng 30 - 40%, còn trưởng phòng cũng phải bỏ ra ít nhất 15% thời gian để đọc.

Tuy không có thời gian, nhưng vẫn phải đọc. Đọc không phải chỉ là khả năng thể lực, là thói quen lao động đơn thuần mà phải được xem như một khả năng dẫn tới hoạt động sáng tạo của trí óc gắn liền với việc xử lý thông tin và đưa ra các giải pháp cần thiết. Đọc đã thực sự đóng vai trò trong quá trình sản xuất một cách trực tiếp. Không có cách nào khác, vẫn phải đọc! Đọc để cải tiến kỹ thuật, nâng cao năng suất lao động, hiệu quả và chất lượng sản phẩm.

Với tác dụng to lớn như vậy, mọi người đều nên nâng cao tốc độ đọc của mình, từ người sinh viên đến nhà khoa học, từ người công nhân đến ông bộ trưởng.

https://tieulun.hopto.org

Đó là yêu cầu của tiến bộ khoa học - kỹ thuật trong thời đại chúng ta.

Ở ĐÂU VÀ KHI NÀO CẦN ĐỌC NHANH?

Ở Châu Âu, ngay từ đầu thế kỷ thứ 11 đã có nhà sư phạm dạy rằng: "Khi đọc sách, ta chớ nên vội vàng lướt qua những trang sách mà nên nghiền ngẫm từng chữ trong từng câu, từng câu trong từng trang và mỗi chương nên đọc đi đọc lại ít nhất ba lần!"

Chúng ta không thể có ý kiến phê phán nhà sư phạm này nói đúng hay sai. Các nhà nho của ta xưa kia đối đáp rất nhanh, nhiều người đã nổi tiếng về tài đối lại khi người khác ra các vế đối cực kỳ khó. Đó là vì các bậc nho sĩ đàn anh ấy đã đọc rất nhiều nhưng lại đọc thật... chậm, và phải đọc theo kiểu "tầm chương trích cú", rèn luyện ngày đêm trong một thời gian dài hàng năm mười năm. Tất nhiên, cũng có những thiên tài văn thơ xuất khẩu thành chương mà sử sách của ta còn lưu lại. Song tất cả đều do rèn luyện trí não mà có được qua việc đọc nhiều, học nhiều và điều chủ yếu là hiểu đến chân tơ kẽ tóc ý nghĩa của từng chữ, từng câu. Sự ứng đối nhanh nhẹn đến mức làm ta kinh ngạc là kết quả của quá trình tích lũy kiến thức, và ở thời đó là đọc... chậm. Tuy nhiên, dã sử cũng truyền tụng về những "trạng" của ta như Nguyễn Bỉnh Khiêm, xem một lần đã nhớ và xem rất nhanh. Tài đọc nhanh cá biệt là thuộc tính của bộ óc có tổ chức cao và tập trung cao độ. Các thiên tài thế giới như Mác, Lênin, Balzăc, Napolêon đã nổi tiếng là những người đọc nhanh.

Napolêon đọc được 2.000 từ trong 1 phút.

https://tieulun.hopto.org

Balzăc đọc một cuốn tiểu thuyết vài trăm trang trong nửa giờ. Ngày nay, đã có những mẫu người đọc đến mức "cực đoan" tức là với tốc độ siêu đẳng. Một nhà hài hước Anh, ông D.Mikess đã viết rằng: "Tôi phát hoảng lên khi biết rằng ngài thượng sĩ S. đọc "Lịch sử hai thành phố" của Charles Dickens trong 30 phút và đọc "Ba người lính ngự lâm pháo thủ" của Alexandre Dumas mất ... 16 phút, có nghĩa là ông ta chỉ tốn có 5 phút 20 giây cho một người lính ngự lâm pháo thủ...". Trong tạp chí "Thế giới sách báo" gần đây cũng có bài viết: "Nếu cứ đọc nhanh, ghi nhanh như thế này tất có lúc dẫn tới một cuộc cách mạng lấn sang cả các lĩnh vực khác, như âm nhạc. Chẳng hạn, Bản giao hưởng số 7 của Beethoven nếu thực hiện bằng cách ghi âm nhanh thì chỉ nghe trong 1 phút! (lẽ ra cần phải 45 phút).

Trở lại việc chúng ta không có căn cứ để phê nhà sư phạm ở Châu Âu nói trên là đúng hay sai, chính là ở chỗ chúng ta phải biết áp dụng tốc độ đọc đúng chỗ và đúng lúc. Không phải ở chỗ nào và với tài liệu sách báo nào ta cũng cứ tăng nhanh tốc độ. Phổ biến cách đọc nhanh mà không nói phạm vi ứng dụng chắc chắn sẽ đem lại những kết quả tai hại. Vì vậy, cần phải áp dụng một cách linh hoạt, căn cứ vào mục đích, nhiệm vụ và tính chất của tài liệu cần đọc.

Phương pháp đọc nhanh có thể áp dụng để đọc:

- sách và tạp chí khoa học - kỹ thuật chuyên đề;

- báo và tạp chí phổ biến khoa học - kỹ thuật;

- tài liệu văn bản nghiệp vụ có liên quan đến khoa học - kỹ thuật;

https://tieulun.hopto.org

- tài liệu, báo cáo tổng kết khoa học - kỹ thuật.

Không nên áp dụng phương pháp này khi đọc giáo trình, nghiên cứu sách giáo khoa, các sách thuộc lĩnh vực văn học - nghệ thuật và nhất là không áp dụng trong việc đọc các văn bản pháp quy và luật, mặc dù có liên quan đến khoa học - kỹ thuật.

VẬY, ĐỌC NHANH LÀ GÌ?

Nội dung của kỹ thuật đọc nhanh không chỉ thể hiện ở chỗ bằng cách nào chúng ta nâng cao được tốc độ đọc. Hiệu quả của những điều đã đọc - tức là nắm hiểu được với tốc độ cần thiết đã được nâng cao - mới là điều quan trọng. Tất nhiên đọc như vậy không phải là điều đơn giản. Chính thế mà Goethe từ xưa đã phải tâm sự rằng: "Con người không biết rằng mình đã phải bỏ ra bao nhiêu công sức và thời gian để đọc. Chính tôi đã phải làm cái chuyện như vậy ròng rã gần 80 năm trời mà đã có thể tự hào là mình đạt được mục đích đó đâu".

Đó là chuyện người xưa, chuyện của những nhân vật lỗi lạc, chuyện của một số ít người. Ngày nay, đọc là yêu cầu của xã hội và đọc dưới hình thức nào cũng cần phải nâng cao tốc độ đọc. Yêu cầu này gắn liền với nhiệm vụ hoàn thiện các phương pháp quản lý kinh tế, trong đó chứa đựng tiềm năng nâng cao năng suất lao động. Bởi vì, quản lý kinh tế không thể tách rời việc thu thập và xử lý thông tin. Qua nhiều thế kỷ con người đã làm thay đổi được bao nhiêu về thể lực của mình đâu, song về mặt trí tuệ thì đã làm biến đổi thật mạnh mẽ cái gọi là "khí hậu thông tin" chung quanh môi trường sống của họ.

https://tieulun.hopto.org

Chính sự thay đổi này có liên quan đến vấn đề thu thập và xử lý thông tin, và ít ai ngờ rằng "đọc" - một thói quen và sản phẩm hoạt động trí óc của con người-lại là *công cụ xử lý các thông tin đã tư liệu hóa* để mang lại những kiến thức ngày càng mới mẻ hơn. Bởi vậy, chỉ có thể thấy rõ được sự biến đổi cần thiết xảy ra trong việc đọc khi chúng ta khảo sát sự biến đổi đó trong mối quan hệ giữa *thông tin và tri thức.*

Về phương diện tri thức thì lịch sử phát triển xã hội là lịch sử của sự hình thành và phát triển tri thức bằng cách *xử lý và nén thông tin.* Như chúng ta biết, khối lượng thông tin tăng nhanh và nhiều hơn khối lượng tri thức từ 3 đến 5 lần nếu nói về thời gian. Tất nhiên là trong xã hội sẽ tồn tại sự giao lưu một lượng *thông tin thừa*, tức là thông tin lặp, không mang nội dung mới. Đó là hậu quả tai hại của tiến bộ kỹ thuật hiện đại: đã tới lúc cần phải thay thế những kiến thức riêng biệt, cụ thể của một vài trương hợp cá biệt nào đó bằng những tri thức chung có quy luật, phù hợp với cuộc sống, với thời gian của thế hệ ngày nay. Và trong điều kiện khủng hoảng thông tin hiện nay, cần phải biết tổ chức để loại bỏ cái thừa, chọn những cái thực sự mới, có hiệu quả, trên cơ sở đó vận dụng công cụ tư duy này mà đặt cơ sở cho những tri thức mới.

Từ đó người ta định nghĩa:

Đọc nhanh là kỹ thuật đọc đảm bảo rút ra từ tài liệu đã đọc những thông tin hay với tốc độ nâng cao.

Cần nhớ rằng đọc nhanh không có nghĩa là đọc qua loa, hời hợt. Đọc nhanh được hiểu là một quá trình nhận thức chủ động,

https://tieulun.hopto.org

tự giác. Trong quá trình đó, người đọc phân tích các sự kiện suy lý rồi mới tiến hành tổng hợp những khái niệm riêng, và đặt cơ sở cho những tri thức mới.

Khác hẳn với cách viết trong sách báo văn học và nghệ thuật, các bài đọc trong tài liệu khoa học và kỹ thuật thường *bố cục theo một trình tự có lôgic*. Vì vậy phương pháp đọc nhanh phải đảm bảo nắm được những điều đã đọc với chất lượng cao. Tất nhiên cán bộ khoa học - kỹ thuật khi đọc sách văn học và nghệ thuật thì không cần thiết phải đọc nhanh làm gì, như đã nói ở phần trên.

THIÊN HẠ ĐÃ ĐỌC NHANH NHƯ THẾ NÀO?

Sự đối phó với những hậu quả khác nhau trong đời sống vật chất cũng như tinh thần ở trên thế giới rất kịp thời. Trên thế giới người ta đã từng gây ra sự bùng nổ thông tin thì người ta cũng sớm nghĩ ra cách, ra nhiều biện pháp cứu chữa trong đó có kỹ thuật đọc nhanh, hay nói đúng hơn là làm thế nào để đọc nhanh hơn. Ngay từ đầu thế kỷ, người ta đã đặt vấn đề chúng ta làm việc với sách như thế nào? Người ta đã rút ra kinh nghiệm đọc của những thiên tài, để xem bằng cách nào họ ra được nhiều tác phẩm đến như vậy. Chẳng hạn, người ta đã viết về cách đọc sách của V.I. Lênin như thế này: "Người không đọc từ dòng này sang dòng khác mà lướt từ trang này qua trang khác, nhanh chóng nắm nội dung một cách chính xác, có khi thuộc từng câu từng chữ, dường như Người đã nghiên cứu trong khi đọc một cách kỹ càng. Chính vì vậy mà V.I. Lênin đã đọc được một khối lượng tài liệu sách báo đồ sộ". Một người đi cùng với Lênin trên một con

https://tieulun.hopto.org

thuyền dọc theo một con sông ở Xibia đã theo dõi Lênin đọc một cuốn sách có nội dung nghiêm túc và thấy chỉ chưa đầy nửa phút, Người đã lật sang một trang khác. Người đó tò mò muốn biết Lênin đã đọc qua cuốn sách đó về vấn đề gì, Lênin trả lời: "Tất nhiên, tôi đã đọc xong rồi đấy, và đọc chăm chú đấy, vì cuốn sách này cần thiết *phải đọc kỹ*".

Từ năm 1924, Liên Xô đã đề cập vấn đề này trong cuốn "Đọc như thế nào" của S.I. Povarin. Tới năm 1931, Uxtinov đã đề cập lại vấn đề này trong cuốn "Phát triển thói quen đọc và viết". Tuy vậy, mãi đến đầu thập kỷ 60 mới bắt đầu nghiên cứu thực nghiệm về kỹ thuật đọc nhanh có sử dụng các thiết bị chuyên dùng. Thời gian gần đây có nghiên cứu thêm và huấn luyện trong một chừng mực chưa rộng rãi lắm về "tăng quá trình tiếp thu câu và chữ, mở rộng trường nhìn, luyện nhớ và phản xạ nhanh".

Tại Mỹ, nghiên cứu vấn đề này sớm hơn và đã đưa ra các tiêu chuẩn cần thiết về tốc độ đọc qua những kết quả nghiên cứu, khảo nghiệm và giảng dạy. Chẳng hạn, họ đã định tiêu chuẩn đọc trên cơ sở lứa tuổi, trình độ văn hóa và dạng tâm lý, thống kê được như sau:

- Lứa tuổi học sinh cấp I: 80 - 158 từ/phút;
- Lứa tuổi học sinh trung học:175 - 204 từ/phút;
- Sinh viên đại học: 250 - 280 từ/phút;
- Chuyên gia lành nghề: 340 - 620 từ/phút

Mức độ hiểu bài tính bằng 70% toàn bộ nội dung thông tin của bài đọc. Tỷ số giữa tốc độ đọc với mức độ hiểu bài gọi là

https://tieulun.hopto.org

hiệu quả đọc và là chỉ tiêu để đánh giá. Trên cơ sở người ta quy định các tiêu chuẩn như sau:

- Đọc bình thường: 200 - 300 từ/phút;
- Đọc nhanh: 300 - 500 từ/phút;
- Đọc rất nhanh: trên 500 từ/phút.

Sau Chiến tranh thế giới thứ II, việc luyện tập đọc nhanh phát triển mạnh mẽ hơn, người ta áp dụng theo phương pháp E. Vut, tức là chủ yếu luyện theo cách:

- đưa mắt từ trên xuống dưới;
- thu nhận đồng thời các nhóm từ;
- không dừng lại để đọc nhóm từ chưa hiểu.

Lúc đầu, người ta thiên về luyện trên máy chuyên dùng; sau này, theo nghiên cứu của E. Vut cho hay là nếu quá ỷ vào máy sẽ không tạo được tình trạng đọc tự nhiên. Số liệu so sánh giữa các nhóm đọc theo luyện máy và luyện đọc theo phương pháp bình thường không khác biệt nhau mấy.

Tại Anh, cũng từ sau 1945, người ta đã tổ chức các lớp dạy đọc nhanh cho người lớn cũng theo phương pháp của E. Vut, có sử dụng máy chiếu phim. Chiếu toàn bộ bài đọc lên màn ảnh, sau một thời gian nhất định, đa số chữ mờ đi, chỉ để lại các từ khóa và học sinh phải đọc lại được toàn bộ câu hay toàn đoạn bài. Phim chiếu với tốc độ ban đầu 180 từ/phút rồi tăng dần đến 470 từ/phút. Học viên sau đó còn phải trả lời 10 câu hỏi kiểm tra mức độ hiểu biết. Câu hỏi đã in sẵn có đúng và sai. Học sinh chỉ

https://tieulun.hopto.org

nhatbook.com

việc xóa bỏ hoặc để lại những từ cần thiết. Sau đó đáp án chính thức được chiếu lên màn hình.

Mỗi bài có khoảng 700 từ, nếu hiểu dưới 70% thì phải tiếp tục tập trung ở lớp, nếu đạt 90% thì mới cho phép luyện để nâng cao tốc độ đọc hơn nữa.

Ở Pháp, kỹ thuật đọc nhanh phát triển có lúc rất nhanh. Năm 1966 đã xuất bản giáo trình đọc nhanh, trong đó giới thiệu đến 15 cách đọc khác nhau. Các nhà khoa học Pháp quan niệm rằng cần nắm nhiều phương pháp đọc để áp dụng linh hoạt cho các loại bài có tính chất khác nhau. Đây là một giáo trình kỹ thuật đọc nhanh nổi tiếng nhất thế giới hiện nay, dày trên 1.000 trang và gồm 2 tập. Tập I gồm lý thuyết và đầu bài tập. Tập II là các bài kiểm tra tốc độ, mức độ hiểu và nhớ.

Tại sao người ta lại tin tưởng được rằng con người có thể nâng tốc độ đọc lên được một cách đáng kể so với cách đọc tự phát bấy lâu nay. Francois Richode nghiên cứu rất kỹ về khả năng này và cho hay: con người thường nói được 9 ngàn từ trong 1 giờ, cũng thời gian đó, có thể đọc 27 ngàn từ, nếu chịu khó luyện tập còn có thể nâng lên cao hơn nữa, tức là gấp hai lần nữa. Và nếu biết đọc có phương pháp chọn lọc thì khối lượng thông tin tăng lên 2 - 3 lần.

Người ta dạy kỹ thuật đọc nhanh ở cả trường phổ thông. Kết quả nghiên cứu ở Viện khoa học giáo dục Pháp cho hay: trẻ em học dễ hơn người lớn, hiệu quả nhất là ở lứa tuổi 8 - 12. Còn khi áp dụng phương pháp đọc có chọn lựa thì lứa tuổi 15 trở lên mới thích hợp; có nghĩa là phương pháp này nên áp

https://tieulun.hopto.org

dụng cho học sinh các lớp cuối trường phổ thông và cho trường cao đẳng.

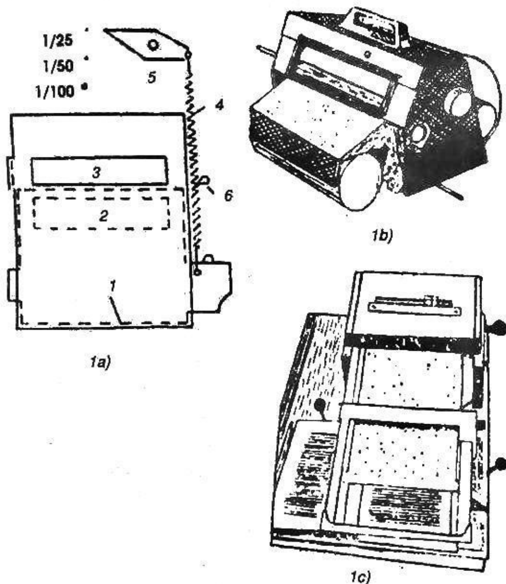
Ở Đức, Ba Lan cũng đề cập đến "phương pháp đọc hợp lý", chủ yếu dựa theo phương pháp của E. Vut đã nêu ở trên, có cải tiến chút ít cho phù hợp với tiếng Đức và tiếng Ba Lan.

Ở nước ta, từ năm 1974, Nhà nước đã quan tâm đến việc tổ chức và phát triển công tác thông tin khoa học kỹ thuật. Hệ thống thông tin quốc tế gồm có các cơ sở thông tin ngành được thành lập. Khối lượng thông tin cũng phát triển đi đôi với nhu cầu nghiên cứu các đề tài và chương trình tiến bộ khoa học - kỹ thuật ở cấp Nhà nước và cấp ngành. Tuy nhiên, việc thu thập và xử lý thông tin còn ở mức hạn chế, việc tư liệu hóa dữ kiện, nhất là các thông tin còn nặng về thủ công. Lẽ ra, những biện pháp tương tự cho việc xử lý và thu thập thông tin nhanh cần được đề ra - chẳng hạn kỹ thuật đọc nhanh - khá thích hợp với việc chưa, phát triển cao kỹ thuật tin học trong những thập kỷ qua ở trong nước. Nhưng, vấn đề kỹ thuật đọc nhanh mới chỉ được đề cập đến một cách sơ sài trong một vài cuốn "Lịch kiến thức phổ thông" và cũng chỉ được xem như một chuyện "tò mò khoa học" để biết. Trong điều kiện hiện nay, cùng với việc phát triển và ứng dụng tin học, trong thông tin khoa học và kỹ thuật, đi đôi với việc tư liệu hóa những thông tin trong nước và tiếp cận với dòng thông tin ồ ạt của thế giới và khu vực, kỹ thuật đọc nhanh cần được phổ biến và áp dụng. Kinh nghiệm thời gian qua của chúng tôi thấy rằng nếu luyện tập có phương pháp và kiên trì thì cũng đạt được kết quả nhất định, nhất là đối với những người làm công tác thông tin khoa học - kỹ thuật, những người nghiên cứu

https://tieulun.hopto.org

tổng kết đề tài khoa học - kỹ thuật, những người làm công tác quản lý các cấp về kinh tế và khoa học - kỹ thuật.

MỘT SỐ TRANG BỊ SỬ DỤNG TRONG LUYỆN KỸ THUẬT ĐỌC NHANH



Hình 1. Các thiết bị chuyên dụng để luyện đọc nhanh: 1 - tấm chắn; 2 - lỗ cửa của tấm chắn ; 3 - cửa hiện câu ; 4 - lò xo ; 5 - cần đẩy ; 6 - nút bấm

https://tieulun.hopto.org

1. *Máy hiện câu* (h. 1a). Đây là thiết bị có cơ cấu đơn giản. Thiết bị chủ yếu có "cửa sổ" đóng mở như kiểu điafram của máy ảnh. Khi ấn nút, cửa sổ sẽ mở ra với tốc độ 1/25 ; 1/50; 1/100 giây. Thiết bị dùng để huấn luyện với các bảng số, từ và cụm từ.

2. *Máy kéo băng* (h. 1b) là máy làm việc theo nguyên tắc kéo băng đặt cuộn bài đã in sẵn. Cuộn này có thể chuyển đổi với tốc độ bất kỳ. Bài đọc được nhìn thấy qua cửa sổ nhỏ. Lúc đầu băng chạy với tốc độ bình thường, sau tăng nhanh dần tùy tốc độ quay của cuộn băng.

3. *Máy che dòng* (h. 1c). Máy có cơ cấu đơn giản. Sách được đặt trong cửa có khuôn bằng kim loại. Tấm chắn bằng kim loại dần dần che các dòng của cuốn sách khi tấm chắn kim loại dần dần hạ xuống theo tốc độ của động cơ. So với các thiết bị trên, máy này đơn giản và tạo quá trình đọc một cách gần tự nhiên hơn. Học viên có thể chủ động điều khiển tốc độ tùy ý muốn.

Ngoài ra, người ta còn sử dụng máy chiếu phim chuyên dụng để luyện đọc nhanh có đĩa quay lắp vào để che chắn các từ cần xóa bỏ khi chỉ để lại các từ khóa.

https://tieulun.hopto.org

Chương II

CÁC ĐẶC ĐIỂM CỦA QUÁ TRÌNH ĐỌC

MÔ HÌNH QUÁ TRÌNH ĐỌC

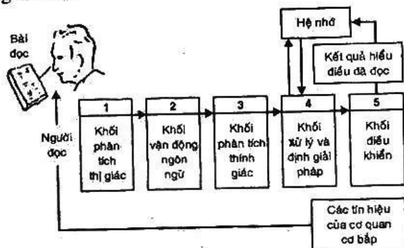
Đọc là một dạng hoạt động cơ sở của con người nhưng đến ngày nay chúng ta chưa biết rõ lắm về cơ chế của việc đọc. Đồng thời, để hoàn thiện quá trình đọc, cần phải hiểu về các yếu tố xác định năng suất và hiệu quả, cũng như vai trò của từng yếu tố thành phần trong đó.

Khi nghiên cứu các quá trình phức tạp của khoa học hiện đại, người ta thường áp dụng phương pháp mô hình hóa. Trong trường hợp này, khi cơ chế còn là vấn đề phức tạp, chưa thể trực tiếp nghiên cứu được thì việc xây dựng một mô hình đơn giản để nghiên cứu những thông số cơ bản là biện pháp cần thiết. *Chúng ta cần thiết lập một mô hình lý giải nhằm khảo sát việc đọc như là một trường hợp cá biệt của con người trong việc tiếp nhận và xử lý thông tin của bài đọc.*

Không ít các nhà tâm lý học - kỹ thuật từ lâu đã đi sâu vào lĩnh vực này. Họ xem cơ thể con người như là một bộ máy điều khiển học phức tạp, nó tiếp nhận thông tin từ môi trường bên

https://tieulun.hopto.org

trong lẫn bên ngoài, xử lý chúng và lưu giữ những khái niệm cần thiết trong hệ nhớ của bộ não. Quan điểm này có thể giúp ta xây dựng một mô hình điều khiển học bổ sung vào một trong những quá trình quan trọng nhất của việc tiếp nhận và xử lý thông tin bài đọc, nói gọn là quá trình đọc. Sơ đồ của mô hình này trình bày trong hình 2.



Hình 2: Mô hình cấu trúc quá trình đọc

Chúng ta biết rằng điều khiển học nghiên cứu hai dạng quá trình: xử lý thông tin và điều khiển. Khi xem quá trình đọc như là một hệ thống "Con người - Bài đọc" nào đó, chúng ta có thể thừa nhận rằng việc đọc chính là một đối tượng điển hình về điều khiển học. Như vậy, trong quá trình như sơ đồ đã chỉ ra, có thể gồm 5 khối cơ bản.

Khối phân tích thị giác (1) tiếp nhận thông tin. Việc xử lý thông tin thu nhận được thực hiện với sự tham gia của *khối vận động ngôn ngữ* (2), *khối phân tích thính giác* (3) và *khối tư duy* (xử lý và định giải pháp) (4). Do việc xử lý thông tin nhận được

https://tieulun.hopto.org

tại *khối điều khiển* (5) hình thành giải pháp nhất định và gây tác động điều khiển tới bộ máy tư duy: chẳng hạn, đọc tiếp tục hay đọc quay trở lại. Khối tư duy thực hiện khâu quan trọng bậc nhất này trong quá trình đọc và làm cho chúng ta hiểu những gì đã đọc. Đối với tính chất của giải pháp, mức độ nhanh chậm của nó không những chỉ có ảnh hưởng đối với bên trong. Các thông tin cơ bản được đưa vào hệ nhớ dưới dạng các bài khái niệm mới thu nhận được qua nội dung của bài đọc cũng như những điều chỉ dẫn cấp thiết khác. Chính là nhờ các chương trình tác động trí não, chúng ta mới có khả năng nhớ điều đã đọc. Kết quả hiểu những điều đã đọc được đưa vào hệ nhớ. Khối điều khiển đã hình thành một loạt tác động điều khiển tới các cơ quan thực hiện như mặt, tay, lưỡi, môi. Bản thân khối điều khiển này cũng được xem như một cơ quan, do vậy, các khâu được nối lại và thực hiện một chu kỳ lặp: "Bài đọc - Độc giả - Bài đọc". Các khâu của chu kỳ này thực hiện một hệ khép kín: tiếp nhận, xử lý, định giải pháp và thực hiện.

Tương tự như bất cứ một đối tượng điều khiển học nào khác, ở đây có kênh liên hệ ngược. Mối liên hệ ngược này thực hiện tác động từ đầu ra đến đầu vào của hệ thống. Trong sơ đồ nêu trên, kênh liên hệ ngược được thực hiện bằng cách đưa ra tín hiệu và giải pháp đã lựa chọn (do nắm hiểu được đoạn bài đã đọc) tới kênh phân tích thị giác.

Vì vậy, việc đọc trong hệ thống "Con người - Bài đọc" chính là một quá trình điều khiển từ một bộ phận máy, tại đó:

https://tieulun.hopto.org

- Bài đọc là đối tượng cần được tiếp nhận và hiểu thông tin chứa trong đó;

- Bộ não là cơ quan xử lý và điều khiển phù hợp với cơ cấu của mô hình giới thiệu trên đây.

Như vậy, quá trình đọc có thể trình bày như sau: độc giả nắm bao quát đoạn nào đó của bài đọc, bắt đầu xử lý thông tin phức tạp của bài đọc nhờ sự phân tích thị giác và phân tích ngôn ngữ. Do việc xử lý thông tin ba mức như vậy mà định ra giải pháp: tại khối tư duy sẽ ra lệnh cho tay giở các trang để đọc quay trở lại hay ra lệnh phải đọc tiếp các đoạn sau của bài đọc.

Các nhà bác học đã nhận định rằng việc đọc là một quá trình đồng thời tiếp nhận và chuyển giao ngôn ngữ. Điều đó có nghĩa là khi đọc chữ trên trang sách, bộ máy phân tích thị giác phải làm việc, nhưng việc nắm và hiểu những điều đã đọc phải phối hợp kèm với bộ máy phân tích thính giác. Chính vì lẽ đó, các yếu tố của quá trình phụ thuộc vào tốc độ đọc. Nếu trong quá trình đọc phát sinh hiện tượng phát âm ra ngoài (mặc dù không bật thành lời), dù đọc nhỏ hay nhẩm đi nữa thì trong trường hợp này, sẽ có ba khối thành phần tham gia vào việc xử lý thông tin: khối phân tích thị giá, khối vận động ngôn ngữ, và khối thính giác ngôn ngữ. Nói cách khác là trong trường hợp này bài đọc được tiếp thu bằng cả nhìn, đọc ra lời và nghe. Phần lớn độc giả hay đọc theo cách này.

Tuy nhiên, việc xử lý ở nhiều mức độ của thông tin trong bài đọc, không phải bao giờ cũng là điều bắt buộc đối với độc giả và thực tế là không có gì đảm bảo người đọc nắm được những

https://tieulun.hopto.org

điều đã đọc. Việc đọc thốt ra lời (xin nhắc lại dù nhỏ đến mức tai thường không thể nghe thấy được) có thể ví như cách đi của trẻ thơ mới tập đi: thận trọng, dò dẫm từng bước. Bạn cũng lần từng chữ, chuyển từ dòng này sang dòng khác. Cách đọc bình thường, truyền thống như vậy thường gây khó khăn cho việc tiếp thu và hiểu được toàn bộ một đoạn nào đó của bài đọc và không thể thấy rõ ngay được những thành phần lôgic của từng đoạn, chưa nói đến toàn bài. Trên quan điểm điều khiển học, tốc độ (của phương pháp đọc chậm truyền thống) phụ thuộc chủ yếu vào kênh thính giác. Với cách đọc như vậy, số liệu thống kê ở nhiều nước cho hay, chỉ đạt tốc độ 150 từ trong 1 phút (có thể xê xích chút ít tùy thuộc loại ngôn ngữ). Giới hạn này có thể nâng lên được nếu bỏ được sự đọc phát ra tiếng, dù là đọc thầm trong quá trình tiếp thu bài đọc.

Chính do việc đọc phát ra tiếng dưới dạng nào cũng đều kìm hãm tốc độ đọc, vì vậy cần khắc phục và tránh điều này. Nếu từ bỏ được việc phát âm cho phép, ta loại trừ được cả một khối thính giác ngôn ngữ tham gia trong xử lý thông tin khi đọc (xem sơ đồ, khối 3) và chuyển được sang xử lý thông tin chỉ với hai mức thuộc khối phân tích thị giác và vận động ngôn ngữ. Quá trình đọc sẽ rút ngắn và, chẳng hạn với một nhóm từ khóa chúng ta nhanh chóng hiểu được, chúng bổ sung ý nghĩa cho cả câu, cả đoạn bài đọc. Về điều này, chúng ta sẽ còn được đề cập tới ở những phần sau.

Bây giờ chúng ta tiến hành phân tích quá trình đọc để tiếp nhận thông tin. Các yếu tố điều khiển quá trình đọc có thể gồm

https://tieulun.hopto.org

hai nhóm: nhóm nguyên nhân (các yếu tố về bộ não) và nhóm kết quả (các yếu tố ngoại vi). Chúng ta biết rằng bộ máy phân tích sinh lý gồm ba bộ phận: tiếp nhận, truyền và trung tâm cao cấp (gồm các nhóm nơtrôn ở vỏ đại não). Việc phân tích thông tin thu nhận được bắt đầu ở phần ngoại vi của các bộ máy phân tích. Chẳng hạn bộ phận thụ cảm của tế bào mắt nhờ nơtrôn trung gian của não mà phân biệt được hình dáng và màu sắc của vật. Song, chỉ tại trung tâm cao cấp của bộ máy phân tích thì vỏ bán cầu đại não mới có khả năng phân tích một cách thật tinh tế những thành phần phức tạp của những hình ảnh tiếp nhận được. Đó là vì tại đây đã hình thành các chương trình và vỏ não đảm bảo giải quyết có hiệu quả nhiệm vụ đề ra cho con người.

Vì những lẽ đó, khi luyện cách đọc nhanh, cần đảm bảo tác động của hai nhóm yếu tố: yếu tố cho kết quả xác định tính chất của bộ phận ngoại vi của bộ máy phân tích và các yếu tố về nguyên nhân thuộc cơ cấu của não. Vấn đề là ở chỗ với các tác động điều khiển khác nhau sẽ làm phát triển phần ngoại vi của bộ máy phân tích thị giác. Việc hợp khối lại với bộ máy phân tích thính giác đảm bảo lập lại một chương trình làm việc mới, thích hợp của não trong quá trình xử lý bài đọc. Chính não là yếu tố nguyên nhân chính, hoạt động của nó quyết định chất định của mọi đầu ra ngoại vi của các bộ máy phân tích, trong đó phải kể tới hoạt động của mắt, cấu trúc ngôn ngữ và bộ máy thính giác.

Tất nhiên, còn cần phải tìm những yếu tố nguyên nhân ngay trong chức năng của vỏ não mới đẩy nhanh được tốc độ đọc và

https://tieulun.hopto.org

khai thác kết quả đọc một cách tối ưu. Tiếc rằng ngày nay, chúng ta chưa biết nhiều lắm về cơ chế điều khiển của não trong quá trình đọc như thế nào. Đến nay cũng chưa ai dám khẳng định rằng việc lựa chọn và xử lý các đơn vị thông tin có ý nghĩa của bài đọc tuân theo quy luật nào và nhờ có mã của hệ nào mà điều đó được thực hiện. Ý chí của con người chưa tránh được những thất bại chính là ở khả năng chưa đủ khắc phục cũng như tận dụng thông tin vào những mục đích bất ngờ đột xuất nhất. Đồng thời, với các khái niệm hiện đại về công việc của não mới chỉ cho phép ta giả định rằng khi đọc nhanh sẽ thực hiện được một chương trình hoạt động trí óc một cách hoàn chỉnh hơn, có hiệu quả hơn nếu sự can thiệp của vỏ não mạnh mẽ hơn vào quá trình đọc.

Việc đọc nhanh, về ý nghĩa cũng phù hợp với tiến bộ trong lĩnh vực chế tạo máy tính điện tử. Có thể xem rằng người biết cách đọc nhanh đã sử dụng những ưu điểm về đối thoại hiện đại của máy tính điện tử thế hệ thứ 3; bởi lẽ, đọc chậm chỉ tương ứng với máy tính điện tử ở thế hệ thứ nhất, nghĩa là vẫn làm việc trong chế độ "máy tính lớn". Khả năng lựa chọn một cách linh hoạt, đáp ứng và hoàn thiện chương trình tác động trí óc khi giao tiếp với bài đọc là ưu điểm nổi bật của bộ óc con người. Song, sử dụng đúng mức mới có hiệu quả. Những cơ sở và trình độ đạt được trong kỹ thuật đọc nhanh hiện nay mới tương ứng với những điều con người biết ít ỏi về bộ óc. Nhưng, tiềm năng của bộ óc lại cực kỳ to lớn; chắc rằng trong tương lai, chúng ta có cơ sở đọc nhanh hơn, hiểu nhanh hơn, tốn ít thời gian đọc hơn khi con người biết khai thác tiềm lực của bộ óc với hiệu quả cao hơn nữa.

https://tieulun.hopto.org

CÁC NHƯỢC ĐIỂM CỦA PHƯƠNG PHÁP ĐỌC TRUYỀN THỐNG

Để nắm vững được phương pháp đọc nhanh, điều quan trọng là phải biết được những nguyên nhân của việc đọc chậm (đọc tự phát không luyện tập, theo truyền thống) và hiểu bản chất của những nguyên nhân đó.

Nhiều cuộc thực nghiệm trong nghiên cứu ở nước ngoài với hàng ngàn người trong khi luyện tập dọc nhanh cho hay, tuyệt đại đa số có tốc độ ban đầu không quá 100 - 150 từ/phút.

Chẳng hạn ở Anh, người ta đã nghiên cứu nhiều cho lứa tuổi thanh thiếu niên và thấy rằng nếu được luyện tập, tốc độ đọc nhanh và nắm vững thông tin được nâng lên rõ rệt nhất ở lứa tuổi từ 13 đến 19. Tại trường đại học Cambridge đã tiến hành thử nghiệm với sự tham gia tình nguyện của 250 sinh viên ở mọi lứa tuổi. Kết quả cho thấy 25% trong số đó không thể đọc một đoạn 1.120 từ theo tiêu chuẩn quy định là 4 phút. Tốc độ trung bình nói chung ở mức dưới 300 từ/phút, nghĩa là họ không thể nâng lên tới mức tiêu chuẩn trung bình của Mỹ (xem Chương I).

Như vậy, có luyện đọc nhanh mới biết rõ khả năng đọc nói chung là chậm, và có nghiên cứu mới chỉ ra được các nhược điểm của phương pháp đọc truyền thống. Có bốn nhược điểm cơ bản:

Nhược điểm thứ nhất là *phát âm khi đọc*. Chúng ta, một lần nữa cần nhắc lại rằng, ở Việt Nam ta, khi nói "đọc sách" thì cũng đồng nghĩa với "xem sách", hai cụm từ này nói lên một sự việc, không ngụ ý dứt khoát sử dụng thị giác hay phát âm trong việc sử dụng vật mang tin thông dụng là sách báo và các tài liệu

https://tieulun.hopto.org

trên giấy. Ở đây hiểu phát âm khi đọc là kèm theo sự làm việc của môi, lưỡi, họng, vòm mềm, dây chằng thanh quản, tuy có thể không bật lên thành tiếng của bài đọc. Những cử động của môi, lưỡi và các cơ quan phát ra tiếng nói khác tuy khi đọc, độc giả cố không cho phát âm ra bên ngoài, nhưng thực tế, trong quá trình đọc vẫn duy trì ở tình trạng làm việc thường xuyên, ẩn tàng. Sự tăng cường của những vận động này trước hết phụ thuộc vào thói quen phát âm và tính chất phức tạp của bài đọc. Thói quen này càng phát triển tự phát (phổ biến là từ tuổi thiếu niên) và nếu bài đọc càng khó hiểu thì sự phát thành tiếng càng biểu hiện rõ rệt hơn (kể cả đọc "thầm" cũng liệt vào loại này).

Khi đọc chậm, đọc thầm với tốc độ nào đó tất nhiên có lúc phát ra thành tiếng. Khi đọc như vậy, độc giả không chỉ dùng mắt mà dùng cả tai. Khi đó, thông tin thu nhận được sẽ truyền tới não; tại đây sẽ được xử lý với sự tham gia của kênh thính giác, mà chúng ta biết rằng khả năng lưu thông của nó rất nhỏ so với kênh thị giác.

Khi đã có thói quen đọc nhanh thì sự kìm nén phát âm sẽ làm giảm khả năng vận động ngôn ngữ bên trong. Trong trường hợp đọc chậm, người đọc không nắm được ngay cả những ý và khái niệm của bài đọc, mà chỉ hiểu lờ mờ. Càng làm giảm bớt được sự phát âm bên trong càng nhiều thì khả năng đọc nhanh càng xuất hiện sớm và nắm nhanh được ý nghĩa bài đọc.

Thói quen phát âm thành tiếng khi đọc thường hình thành từ thời nhỏ. Thoạt đầu, đứa trẻ đọc từng chữ, từng cụm từ, từng câu rồi đọc to từng đoạn. Kết quả là giữa những gì thấy trên trang

https://tieulun.hopto.org

sách báo và từ phát âm ra thiết lập một mối quan hệ chặt chẽ và hình thành thói quen đọc thành tiếng. Khi lớn lên, đọc nhỏ dần, rồi lẩm nhẩm, và khi không phát âm nữa thì vẫn đọc bằng mắt và bằng tai. Bằng những khí cụ chuyên dùng, người ta đã ghi được âm thanh và bằng phim ảnh chứng minh được có sự tồn tại thói quen phát âm khi đọc.

Nhược điểm vừa khảo sát trên đây là nhược điểm chủ yếu nhất trong số các yếu tố gây đọc chậm. Cuộc đấu tranh để khắc phục nhược điểm này là phức tạp và gian khổ nhất. Chẳng phải ngẫu nhiên mà trong các sách luyện đọc nhanh ở nước ngoài đều chỉ dẫn rằng "Bạn hãy đọc cho nhanh để việc phát ra tiếng tự nó phải mất đi". Trong trường hợp này, cần tác động vào kết quả là chủ yếu chứ không phải trị các nguyên nhân. Những lời khuyến dụ này là chí lý và có hiệu quả rõ rệt trong những trường hợp huấn luyện đọc nhanh ở nhiều nước trên thế giới.

Nhược điểm thứ hai là thị trường (khoảng nhìn) hẹp. Chúng ta hiểu thị trường là khu vực bài đọc mà mắt bao quát được với một điểm nhìn cố định của mắt. Trong cách đọc truyền thống, khi tiếp nhận từng chữ, từng cụm từ, thường không quá 2 -3 từ, tức là thị trường quá hẹp. Vì vậy, đôi mắt phải làm việc nhiều với nhiều bước chuyển và nhiều điểm dừng. Điều này không hợp lý khi thu nhận thông tin. Thị trường càng rộng thì thông tin tức thời tiếp nhận được càng nhiều, diểm dừng càng ít thì sự làm việc của mắt càng có hiệu quả. Đối với người đọc nhanh (đã được luyện tập) ứng với mỗi điểm dừng của mắt thường thu nhận trọn vẹn được cả một câu, thậm chí cả một đoạn của bài đọc.

https://tieulun.hopto.org

Việc bài đọc với thị trường rộng không những có hiệu quả tiến bộ về kỹ thuật đọc mà tạo điều kiện hiểu sâu hơn, nắm đúng hơn nội dung. Đó là vì khi tiếp thụ từng đoạn trọn vẹn của bài vào đúng lúc dừng của mắt. Trong một số sách phổ biến kỹ thuật đọc nhanh có đề cập đến góc nhìn, điều này không có cơ sở chắc chắn lắm vì góc nhìn được xác định bởi tính chất quang học của thị giác, là đặc điểm cố hữu của mắt, không thể luyện được.

Tốc độ đọc sẽ giảm đi đáng kể khi chuyển vị trí mắt từ cuối dòng trước đến đầu dòng sau. Nếu sách dày, mỗi trang lại có nhiều dòng thì sự chuyển vị trí mắt như vậy vừa tốn thời gian vừa tổn thất năng lượng cơ bắp. Như sẽ trình bày cận kẽ hơn trong phần sau: việc đọc nhanh đòi hỏi chuyển vị trí mắt phải hợp lý, tức là theo chiều thẳng đứng từ trên xuống dưới, theo phương ở giữa trang.

Nhược điểm thứ ba là đọc quay trở lại, tức là vị trí mắt lùi lại tức thời hoặc dừng lại ở vị trí bất kỳ của bài đọc mà ta chưa hiểu. Khi lùi lại như vậy, có khi nào mắt dừng lại ở đúng vị trí cũ đâu, mà thường ở lân cận điểm đó. Tự chúng ta đã làm hạn chế vùng đã đọc và tiếp thu bài đọc càng mơ hồ và kém hiệu quả. Nhược điểm này cũng là một trong những nhược điểm phổ biến của đa số độc giả. Người ta đã quan sát thấy có một số độc giả không biết rằng vô hình chung mình đã đọc hai lần một bài, dù dễ hay khó. Khi đọc chậm, việc đọc quay trở lại, ít người biết rằng mình đã đọc quay trở lại từ 10 đến 15 lần trong khoảng chỉ có 100 từ. Nhược điểm này làm tốc độ đọc giảm đi rõ rệt, đồng thời tự mình làm tăng mức độ khó hiểu của bài đọc.

https://tieulun.hopto.org

Tuy nhiên, cũng có trường hợp việc đọc quay trở lại có thể xem là chấp nhận được nếu bài đọc có những ý tưởng mới mẻ. Trường hợp này, các nhà nghiên cứu gọi là "xem lại". Nếu đọc quay trở lại về bản chất là vô ý thức, là thói quen máy móc thì "xem lại' là hành động có chủ định, nhằm nghiên cứu kỹ bài đọc, muốn nắm thật vững nội dung bài đọc. Song phương pháp đọc nhanh yêu cầu chỉ được "xem lại" khi đã đọc xong liên tục toàn bộ bài một lần.

Và, cuối cùng nhược điểm thứ tư của cách đọc truyền thống là *không có một chiến lược đọc linh hoạt.*

Ba nhược điểm trên liệt vào những yếu tố kết quả. Chúng ta đã nêu về cấu trúc của quá trình đọc và sự di động của đôi mắt đều là những yếu tố kết quả, và đòi hỏi có sự luyện tập thích ứng là cần thiết. Song việc khắc phục chúng chưa chắc đã đảm bảo thay đổi cơ bản hiệu quả đọc. Việc đảm bảo các yếu tố nguyên nhân, nghĩa là sự làm việc của bộ não, điều khiển việc đọc mới là điều quan trọng hơn.

Một chuyên gia nổi tiếng trong lĩnh vực nghiên cứu này đã nhận định rằng, điều chủ yếu trong việc đọc nhanh không chỉ là ở mức độ nhanh, mà là ở tính tối ưu, ở hiệu quả thông tin thu nhận được nhờ chọn lựa đúng chiến lược tiếp thu ý bài đọc.

Chúng ta biết rằng, tốc độ và kỹ thuật đọc trước tiên phụ thuộc vào mục đích, nhiệm vụ mà độc giả tự đặt cho mình trước khi đọc. Chính việc khai thác các chương trình thích hợp, các quy tắc và biết cách áp dụng linh hoạt chúng trong những thời đoạn cần thiết mới xác định thực tế khả năng đọc nhanh.

https://tieulun.hopto.org

Cần chú ý rằng nếu không có chiến lược đọc thì rất có hại. Ngay những người đã được huấn luyện đọc nhanh cũng nhận xét rằng: chỉ bằng cách áp dụng những quy định đơn giản nhất về thuật toán tích hợp của đọc cũng đã nâng cao được tốc độ đọc lên hai lần và dường như sự nắm hiểu bài đọc cũng tăng lên gấp đôi.

Qua nhiều cuộc thử nghiệm với số đông người đã chứng minh rằng đọc chậm là cách đọc cẩu thả, không tập trung tư tưởng. Tốc độ tối đa của hầu hết độc giả không được huấn luyện thường thấp, nhưng cái chính là họ không biết mình đã bị thất thiệt nhiều trong việc hiểu ý nghĩa bài đọc. Ở những người đọc chậm, trong quá trình đọc, nếu có sự chú ý nào đó thì lại phiến diện và sự tập trung không được lâu, càng đọc, họ càng kém tập trung hơn. Hơn nữa, vì những đoạn dài của bài được đọc một cách máy móc nên thực ra không nhận được hết ý nghĩa của những gì đã đọc. Những độc giả này ít suy nghĩ những điều liên quan tới bài đọc: hơn nữa họ đọc đều đều với cùng một tốc độ đối với tất cả các thể loại: từ chỉ thị, công văn, câu chuyện hấp dẫn cho đến một chuyên đề khoa học. Đối với người đọc nhanh, tùy mức độ khó của bài, tùy mục đích đọc và những yếu tố khác họ có thể thay đổi một cách linh hoạt chiến lược đọc của mình.

NĂM PHƯƠNG PHÁP ĐỌC

Tất nhiên, khi đọc nhanh có những giới hạn của nó cần lưu ý khi áp dụng. Về thời gian, không nên đọc nhanh suốt ngày, và về phương pháp thì không nên cứ theo một kiểu. Người ta phân biệt 5 phương pháp đọc, và tùy theo mục đích, nhiệm vụ, quỹ thời

https://tieulun.hopto.org

gian của người đọc mà chọn chế độ đọc thích hợp. Nói chung, trong quá trình đọc, chúng ta hãy hình dung ra một "dây chuyền" có động cơ nối với 5 tốc độ. Đưa vào tốc độ nào cần chọn lựa cho phù hợp với chế độ làm việc. Chưa ai dám khẳng định rằng phương pháp đọc nhanh là vạn năng, là phương pháp tối ưu để thu nhận thông tin. Do vậy, điều quan trọng là phải nắm được phương pháp và lý giải được để áp dụng trong quỹ thời gian có được mà có hiệu quả cao nhất. Theo kinh nghiệm và kết quả nghiên cứu đã được công bố ở nhiều nước thì hiện nay, cán bộ làm công tác khoa học - kỹ thuật có thể áp dụng tới 70 - 80% thời gian để đọc nhanh trong quỹ thời gian để đọc. Vì vậy phải nâng cao hợp lý năng suất của ngày làm việc. Song chớ quên rằng phần lớn những thông tin thu nhận được cần phải xử lý ngay khi áp dụng các phương pháp đọc này. Chúng ta gọi 5 phương pháp đọc này là:

1. Đọc sâu;
2. Đọc nhanh;
3. Đọc chọn lựa;
4. Đọc lướt;
5. Đọc điểm.

Tất cả 5 phương pháp này đều nhằm mục đích đọc nhanh theo quan điểm có chương trình xử lý những điều mới đã đọc được.

1. *Đọc sâu.* Trong cách đọc này, người ta chú ý tới các chi tiết, phân tích và đánh giá chúng.

https://tieulun.hopto.org

Một số giáo sư trường đại học gọi phương pháp này là đọc có phê phán và sáng tạo. Phương pháp này áp dụng tốt nhất khi nghiên cứu các môn học. Trong cách đọc này, sinh viên không chỉ đọc một cách đơn giản và giải thích được những chỗ không hiểu mà phải dựa trên kiến thức, kinh nghiệm của mình mà xem xét vấn đề có phê phán, tìm ra được những mặt mạnh, những chỗ yếu của những điều giải thích, tự đặt ra và lý giải các tình huống có thể xảy ra. Với sự tự giải thích theo quan điểm của mình mới tạo điều kiện dễ nhớ tài liệu đã đọc, mới nâng cao được tính chủ động của sinh viên trong học tập. Ở đây cũng cần nhấn mạnh rằng cách học của sinh viên khác cách học của học sinh, mặc dù chúng ta từ lâu đã đồng nhất từ sinh viên với học sinh đại học. Ngoài ra, phương pháp này thường áp dụng khi chúng ta tiếp xúc với các tài liệu về đề tài mới lạ, các bảng số liệu.

2. *Đọc nhanh.* Phương pháp này đã đề cập khá kỹ ở phần trên. Có điều cần lưu ý là khi đã đọc nhanh ở mức tiêu chuẩn rồi thì cần kết hợp chuyển sang đọc sâu từng phần.

3. *Đọc chọn lựa.* Đây cũng là một dạng đọc nhanh, trong đó chủ yếu tuyển lựa những phần riêng biệt của bài học. Trong trường hợp này, độc giả không nhất thiết phải xem toàn bộ tài liệu mà chỉ tập trung vào những phần cần thiết có chủ định từ đầu. Phương pháp này thường áp dụng khi đọc sách đến lần thứ hai sau khi đã xem sơ bộ. Tất nhiên, về tốc độ đọc thì còn cao hơn nhiều so với phương pháp đọc nhanh vừa đề cập ở trên, vì người đọc chỉ cần lật giở đến những trang thật cần thiết.

4. *Đọc lướt.* Áp dụng phương pháp này trong việc làm quen

https://tieulun.hopto.org

sơ bộ với sách báo. Đây là phương pháp đọc cực kỳ quan trọng mặc dù phương pháp đơn giản, dễ nắm. Bạn cầm sách trong tay, chỉ cần đọc lời nói đầu, xem các tiêu đề để tìm những quy tắc, nguyên lý quan trọng, qua đó nắm bắt những quan điểm của tác giả, rồi bạn đọc phần kết luận và dự báo của cuốn sách, thế là đủ.

5. *Đọc điểm.* Chưa có tên gọi thật thích hợp nhưng về nội dung của phương pháp là xem nhanh để điểm tên người, thuật ngữ, sự kiện. Kinh nghiệm cho hay, những người đã luyện đọc nhanh sẽ "điểm" để tìm kiếm những mục này nhanh hơn người đọc theo phương pháp truyền thống đến 2 - 3 lần. Khi luyện tập trên máy nhìn chuyên dụng và đặc biệt là luyện mở rộng trường nhìn, chúng ta sẽ có khả năng "chớp" cả trang sách và sẽ tìm thấy những điều cần biết trong giây lát.

Tất nhiên, khi thực hiện 5 phương pháp đọc trên đây, bạn sẽ thấy phức tạp, rắc rối hơn nhiều so với cách đọc một cách tự nhiên, đơn giản như từ trước khi luyện tập.

Việc nắm vững từng phương pháp cũng cực kỳ quan trọng như việc hình thành thói quen đọc nhanh. Nghệ thuật đọc là biết chọn lựa chế độ đọc thích hợp tùy theo mục đích, tính chất bài đọc và sau cùng là quỹ thời gian của người đọc.

https://tieulun.hopto.org

Chương III

CÁC CƠ SỞ KHOA HỌC CỦA KỸ THUẬT ĐỌC NHANH

ĐỌC VÀ BỘ NÃO

Như ở Chương II đã giới thiệu, những yếu tố điều khiển quá trình đọc có thể phân làm hai nhóm: nhóm nguyên nhân có cơ cấu trung tâm của bộ não và nhóm kết quả gồm chức năng của bộ máy phân tích ngoại vi. Khi nghiên cứu đọc nhanh, người ta đề ra nhiệm vụ phối hợp tác động của hai nhóm yếu tố này. Vì là nguyên nhân hàng đầu, xác định phương pháp tiếp thu cũng như tốc độ và hiệu quả đọc là chức năng của bộ não nên việc hiểu được những quy luật làm việc của bộ não sẽ là chìa khóa điều khiển quá trình đọc.

Hoạt động của bộ não vẫn còn là một vấn đề phức tạp, chưa được làm sáng tỏ qua nhiều thế hệ các nhà bác học nổi tiếng. Do sự phát triển của điều khiển học đã phát sinh những khả năng và mở ra con đường để nghiên cứu về não. Hệ thần kinh trung ương trở thành đối tượng nghiên cứu hàng đầu về điều khiển học của nhiều nhà bác học. Trong lĩnh vực này đã xuất hiện một xu hướng mới trong nghiên cứu sinh lý học -

https://tieulun.hopto.org

nơrônxibecnêtic. Môn khoa học này nghiên cứu những vấn đề về truyền, lưu giữ và xử lý thông tin ở hệ thống thần kinh trung ương của con người và động vật. Nó nghiên cứu những nguyên tắc điều khiển phát sinh trong quá trình tiến hóa của giới sinh vật và đã được thực hiện trong cơ cấu của hệ thống thần kinh trung ương. Trong những năm gần đây, người ta đã vạch ra được khả năng phân tích khách quan về sự làm việc của não trên cơ sở làm sáng tỏ quá trình thông tin ở các mức độ khác nhau và thuật toán mô tả của nó. Trong nghiên cứu, không chỉ tính đến các quá trình xảy ra trong não mà còn tới cả những thay đổi kết quả hoạt động của cơ thể nói chung. Chúng ta xem chu trình đóng về xử lý thông tin trong hệ thống "Cơ thể - Môi trường bên ngoài". Tuy nhiên, dù đã có nhiều thành tựu đáng kể trong việc giải thích cơ chế làm việc chủ yếu của não, đến nay vẫn còn nhiều điều chưa rõ về quy luật chung của nó với tư cách là một cơ quan tư duy, là một trung tâm thống nhất từng bộ phận riêng biệt của cơ thể theo một hướng xác định.

Từ lâu, não là đối tượng thu hút sự chú ý của nhiều nhà bác học, kỹ sư trong lĩnh vực máy tính điện tử. Đó là vì não có khối lượng, thể tích nhỏ, tiêu hao năng lượng ít. Não người chứa hơn 14 tỷ tế bào thần kinh trong một thể tích trung bình có 1,5 dm^3 với khối lượng 1,2kg! Còn công suất của nó chỉ vào khoảng 2,5W. Nếu so số nơrôn của não người với phần tử lôgic chứa trong máy tính điện tử hiện đại thì gấp nhau đến hàng triệu lần. Trong 1cm^3 não chứa đến 10 triệu nơrôn. Vì vậy có thể xem não người là một ví dụ tồn tại thực tế có hiệu quả nhất của phương pháp cực vi hóa. Song ưu điểm của não không chỉ biểu hiện ở kiến trúc

https://tieulun.hopto.org

sắp xếp với mật độ siêu cao của nơrôn mà còn là ở một đặc điểm kỳ lạ của nó: đó là các chương trình làm việc theo chức năng. Trong những năm gần đây, người ta đã thu được những số liệu thú vị về sự làm việc của não, đặc biệt là trên cơ sở phương pháp kích thích bằng điện. Nhà bác học H. Đelgađo của Tây Ban Nha phát hiện rằng não của trẻ sơ sinh, ngoài những chất lượng tiềm tàng khác đã có khả năng điều khiển quá trình đọc, nghiên cứu ngôn ngữ, tư duy trừu tượng và suy lý.

Được trang bị từ nhỏ khả năng đó, khi được luyện tập và sử dụng, não người lớn có thể phát hiện những tổ hợp mới và đặc tính mới; nhưng muốn vậy, cần phải được thu nhận nhiều thông tin từ bên ngoài. Ở mỗi người, quá trình nhận thức tự phát và tự giác về bức tranh của thế giới có lẽ vì thế mà phụ thuộc vào những thời đoạn nối tiếp nhau của việc thu nhận thông tin trong các phân hệ của mã hóa học và điện học. Khi đó sẽ tạo nên những phần tử mang vật chất mới và những mã mới tương ứng. Những mã này, đến lượt chúng lại tác động theo các trình tự mới của quá trình hóa học và điện học kèm theo sự tích lũy các nơrôn chuyên môn hóa. Tuy những phát hiện, nhận xét này của H. Đelgađo mới dừng ở giả thuyết, song chúng có tác dụng làm cơ sở cho việc kiểm tra thực nghiệm.

Người ta đặc biệt quan tâm đến một số khám phá trong quá trình nghiên cứu sự làm việc của não khi xử lý thông tin. Trong các vấn đề khác về hoạt động của não cũng lưu ý đặc biệt đến hệ chương trình thu nhập thông tin ở môi trường xung quanh. Chính qua đó mà người ta phát hiện được đặc điểm chính của cơ

https://tieulun.hopto.org

thể sống là sự đáp ứng, tức là tính thích nghi, mà đây là ưu điểm trội hẳn của con người so với máy tính điện tử. Não người, để xử lý thông tin, trước tiên tự nó khai thác. Bộ óc hoàn toàn đặt ra những điều kiện khác, tự nó thu thập thông tin của môi trường xung quanh - ví dụ như bài đọc - nghĩa là từ hệ thống mà tổ chức của nó chưa hề biết. Khi đọc bài, các tác động mang tính định hướng trong một hệ điều khiển đóng mà ta có dịp đề cập tới ở phần trên. Tuy nhiên, về khả năng giải quyết của bộ não đối với những vấn đề của ngày nay cũng như theo phương thức nào thì chúng ta còn biết quá ít.

Khoa tâm thần kinh hiện đại đã làm sáng tỏ ba khối chức năng cơ bản - ba bộ máy chủ yếu của não. Sự tham gia của chúng cần thiết cho bất cứ một dạng hoạt động tinh thần nào của đời sống con người. Trong khuôn khổ cuốn sách này, ta chỉ nói đến việc đọc.

Đầu tiên phải kể đến *khối năng lượng của trương lực*, nó đảm bảo thức tỉnh vỏ não và đưa thông tin vào các phần sâu, mới hình thành khác của não. Khối thứ hai đưa ra các biện pháp *xử lý và lưu giữ thông tin*. Vị trí của nó ở phía sau bán cầu đại não và tất nhiên là đối với bất kỳ ai, khối này cũng đưa ra chương trình và kiểm tra hoạt động của não. Khối chức năng thứ hai này đặc biệt quan trọng, với việc xử lý và lưu giữ thông tin, nó phải gồm trong thành phần các bộ máy thuộc khu vực thị giác, phát âm, thính giác và khu vực nhạy cảm. Chính khối này đảm nhiệm phần lớn các quá trình gắn liền với việc đọc.

Khối chức năng thứ ba của não là *khối lập chương trình* điều

https://tieulun.hopto.org

chỉnh và kiểm tra các hoạt động đã xảy ra. Có thể hình dung chính đây là một trạm điều khiển các hình thức hoạt động tinh thần của con người.

Khi chúng ta lệ thuộc vào quá trình đọc theo một chương trình nhất định, chính là có sự hoạt động của vỏ não thuộc phần trán. Nếu chúng bị tổn thương thì ở con người không suy nghĩ gì thêm được nữa.

Bây giờ ta đặt câu hỏi: những dạng chương trình nào sẽ được xử lý và thực hiện ở khối chức năng của não? Xin thưa rằng, đến nay các khái niệm hiện đại về sự làm việc của não, nghĩa là của cơ cấu tư duy mới cho phép ta hiểu biết một vài dạng chương trình sinh học.

Chúng ta quan tâm tới giả thiết là mọi người đều có khả năng tiếp nhận và xử lý thông tin và có thể quy ước phân thành hai nhóm: nhóm thứ nhất (thuộc thị giác) trong đó bộ máy xử lý thông tin khi đọc được tiếp xúc với không gian trực tiếp, đi từ bộ máy phân tích thị giác đến vùng thích ứng của vỏ đại não, nhóm thứ hai (thuộc thính giác) tham gia vào xử lý thông tin khi đọc bằng cách sử dụng vùng trung gian phụ, tức là vùng nghe - nói của não và làm việc theo nguyên tắc tạm thời. Ở đây phải kể đến những thông tin nắm được nhờ bộ máy phát âm, nghĩa là nhờ ở mã lôgic.

Có thể xem người đọc nhanh sẽ sử dụng các chương trình và các mã có hiệu quả hơn khi xử lý thông tin trong quá trình đọc so với những người đọc chậm, theo phương pháp truyền thống. Thật vậy, quá trình đọc có thể coi như một quá trình có nhiều pha, hay

https://tieulun.hopto.org

quá trình truyền lại các mã thông tin đã tiếp nhận được. Thông thường, khi đọc sách báo, người ta không thể nhớ tất cả các từ ngữ trong bài đọc, vị trí của chúng trong trang sách, nhưng luôn luôn có thể thuật lại những điều đã đọc bằng cách diễn đạt của bản thân mình. Như vậy, con người nhớ bài không nhất thiết theo một trình tự đường thẳng mà theo cách nén. Điều này xảy ra do sử dụng trí nhớ nhất thời và lâu dài, có nghĩa là tồn tại sự phân lại các mã.

Tất nhiên, phương pháp phân lại mã của thông tin tiếp nhận lần đầu tiên người biết đọc nhanh thì hợp lý, tốn ít thời gian và có hiệu quả hơn. Vì vậy, để nắm được phương pháp đọc nhanh điều cốt yếu là phải phát triển phương pháp mã hóa. Song trong thực tế việc học và áp dụng phương pháp mã hóa để có tác dụng trong hoạt động trí óc (ở đây là việc đọc) không đơn giản lắm. Tất cả những điều này sẽ được đáp ứng bằng *thuật toán tích hợp của việc đọc*. Đây là nền tảng để xây dựng một chương trình đọc mới, có hiệu quả hơn, nắm bắt thông tin nhanh và chắc hơn.

THUẬT TOÁN TÍCH HỢP CỦA VIỆC ĐỌC

Chúng ta biết rằng thuật toán là quy tắc thực hiện tác động nào đó trong hàng loạt những công đoạn cụ thể theo một trình tự chính xác đã chỉ ra từ đầu chí cuối. Thuật toán đọc xác định một trình tự tác động trí não khi tiếp thu bài đọc. Thuật toán, hiểu theo cách nói trên đây, có ở quanh ta và ở mọi lúc trong cuộc sống hàng ngày. Chẳng hạn, khi vào toa tàu hỏa, chúng ta đọc thấy biển đề: "Hành khách phải có vé và ổn định chỗ ngồi trong

https://tieulun.hopto.org

toa". Điều ghi trên biển này không có gì khác ngoài hai khối rõ rệt: mua vé + vào trong toa. Thuật toán này quy định rằng con người khi vào toa tàu với tư cách là hành khách thì phải có nhiệm vụ gì? Thuật toán này có hợp lý không? Tất nhiên là rất hợp lý vì nó điều chỉnh và sắp xếp hành khách đã có vé ở trong toa. Điều rất đơn giản là đi tàu thì phải mua vé và không thể ứ đọng người ở sân ga. Tuy nhiên, không phải mọi hành khách đều tuân theo thuật toán này một cách nghiêm chỉnh, và cũng có những sự trục trặc nào đó tuy ít nhưng không thể tránh được, hoặc có những ngoại lệ. Chẳng hạn, người có vé tháng không cần phải mua vé mà đi thẳng vào toa. Như vậy, đối với loại hành khách thứ hai này có thuật toán riêng, nhưng nói chung biển đề trên đây vẫn đầy đủ nội hàm cần thiết và thuật toán có tác dụng. Chúng ta vừa đưa ra một ví dụ đơn giản để chứng minh cho đặc điểm ứng dụng quy tắc thuật toán hóa trong những tình huống đơn giản nhất hay gặp trong cuộc sống đời thường. Trong trường hợp sự việc có quá trình phức tạp như việc đọc thì ứng dụng thuật toán như thế nào? Thuật toán của việc đọc không thể áp dụng tùy tiện, phải được tổ chức hợp lý nhằm nâng cao hiệu quả đọc, nhưng về ý nghĩa thì cũng chẳng khác gì cung cấp cho độc giả cái vé đi vào ... trang sách. Đồng thời, thuật toán không loại trừ những sự diễn giải và phân tích một cách sáng tạo hơn, cho phép đối với một vài sự thay đổi khả dĩ, tùy thuộc vào ngữ cảnh cụ thể của bài đọc. Từ tích hợp kèm sau từ thuật toán ngụ ý sự quán xuyến của thuật toán đối với toàn bộ bài đọc. Trong việc áp dụng thuật ngữ tích hợp để đọc chúng ta đã gián tiếp nhắc đến một số đặc điểm về sự làm việc của bộ não con người đã được

https://tieulun.hopto.org

điểm qua ở phần trên. Mỗi bài đọc là biểu hiện bằng ngôn ngữ các ý nghĩa của nguồn sáng tạo ra nó: con người vừa là chủ thể sáng tạo và tiếp nhận bài đọc. Như vậy, những quy luật của ngôn ngữ cơ bản không chỉ tác động đến khi cấu thành bài đọc mà còn suốt cả quá trình sử dụng (đọc) chúng. Cách ứng xử chúng của con người trong trường hợp này là *chương trình hóa sơ bộ* nhiều tác động trí não, chứ không phải đọc như một cái máy. Ngay trong cuốn "Tư bản", Mac đã viết rằng: "Người kiến trúc sư tồi nhất cũng hơn hẳn bầy ong làm tổ bằng sáp của chúng, vì ngay từ đầu, người kiến trúc sư đã hình dung cái nhà trong đầu óc của mình".

Nếu như mọi độc giả đều có một chương trình khi đọc đã được định trước thì hiệu quả đọc của họ khá tốt là không thể nghi ngờ được. Nhưng chúng ta thường thấy phổ biến hiện tượng đọc tràn lan, tùy tiện và cẩu thả. Chẳng hạn, người đọc khi thì mở trang đầu, khi thì đọc từ cuối, khi lại chọn khoảng những trang giữa sách và đọc qua loa đến hàng giờ và rồi ... quẳng sách sang một bên và ngủ khì. Có ai đấy hỏi người đọc đã rút ra cái gì từ cuốn sách ấy thì anh ta có lẽ cũng chỉ ầm ừ, vì anh ta khó mà nhớ được tên sách, tên tác giả chứ chưa nói gì đến những nội dung cơ bản của cuốn sách.

Đó là ví dụ về chương trình tác động không có hiệu quả hoặc một thứ thuật toán vô lối. Cần chỉ bảo cho người đọc nên đọc một cách có tổ chức hơn để không mất thời giờ vô ích. Ta có làm được việc này không? Tất nhiên phải khẳng định là có khả năng làm được. Người ta dựa trên việc áp dụng một trong những lý

https://tieulun.hopto.org

thuyết về tâm lý học hiện đại, cái gọi là lý thuyết chủ kiến hay hiện tượng chủ kiến. Hiện tượng này đã được kiểm nghiệm, qua những test đơn giản: chỉ cho họ xem hai quả cầu nhỏ có thể tích không hoàn toàn bằng nhau và bảo họ nhận xét tiếp hai quả cầu có thể tích tương tự nhưng thực ra có thể tích bằng nhau thì đa số vẫn khăng khăng là khác nhau. Người ta gọi hiện tượng này là "ảo tưởng chủ kiến".

Sự tiếp thu ban đầu qua thị giác có liên quan đến hiện tượng chủ kiến. Hiện có không ít những nghiệm pháp để thử khả năng tiếp thu trực giác của con người. Chẳng hạn, như ở hình 3, bạn nhìn thấy gì? Có hai cách tiếp thụ khác nhau khi nhìn hình vẽ này. Đây là một thử nghiệm về hình tượng: cũng có thể là bà già lụ khụ mà cũng có thể là cô gái trẻ, tùy sự cảm nhận thị giác của bạn. Ít người đồng thời nhận ngay ra hai con người trong bức tranh này ngay từ khoảnh khắc đầu tiên.

Các nhà nghiên cứu lý thuyết chủ kiến khẳng định rằng, bằng cách nhắc đi nhắc lại nhiều lần, con người hay bị lệ thuộc và trở thành thói quen. Áp dụng vào việc luyện đọc: nếu biết áp dụng thuật toán tích hợp để đọc (qua luyện tập) độc giả sẽ có thói quen dự kiến được trình tự thu nhận thông tin tương ứng với các khối của thuật toán từ đầu chí cuối. Mẫu thuật toán của việc đọc trình bày ở hình 4.

Bốn khối thuật toán đầu không cần giải thích thêm. Khối thứ 5 là khối dữ kiện, cần rút ra từ bài đọc và nắm được các yếu tố khác nhau như: số liệu, tên, ký hiệu chuyên môn. Đặc điểm của khối thứ 6 và 7 của thuật toán là ở chỗ cả hai khối này đều phải

https://tieulun.hopto.org



Hình 3. Nghiệm pháp tâm lý: cô gái - bà già.

có sự tham gia chủ động và đặc biệt là tùy thuộc vào đặc điểm cá nhân độc giả: kiến thức, kinh nghiệm, nhiệm vụ và mục đích đọc. Chẳng hạn, có loại độc giả bình thường, có loại độc giả có chút ít kinh nghiệm nên có khả năng chỉ ra được cái mới, nêu được vấn đề cần bàn luận. Vì vậy, ở hai khối này sự tham gia chủ động của người đọc trong việc phân tích tổng hợp các ý nghĩa trong quá trình đọc là điều quan trọng nhất.

Nhưng trong thực tế, áp dụng thuật toán như thế nào? Trước hết, cần nhớ được tên các khối, hiểu được nội hàm của chúng. Kinh nghiệm trong luyện tập là nên viết riêng ra giấy và đặt ngay trước mắt, trên bàn làm việc của mình. Đọc theo thuật toán tích hợp là một quá trình đọc có tổ chức - điều mà trước nay ít độc giả nghĩ là phải làm việc tương tự như vậy - một quá trình trong đó các thông tin thu nhận được rút ra từ bài đọc đã được xếp và so vào các ô khác nhau của khối angôrit (tức thuật toán).

https://tieulun.hopto.org

1	Tên (sách, bài...)
2	Tác giả
3	Nguồn và địa chỉ (năm, số...)
4	Nội dung chủ yếu
5	Các số liệu, dữ kiện
6	Các vấn đề cần tranh luận, phê phán
7	Cái mới trong tài liệu, khả năng ứng dụng trong thực tế

Hình 4. Thuật toán tích hợp của việc đọc.

Có trường hợp thông tin phù hợp hoàn toàn hoặc phù hợp một phần nào với các khối đã nêu. Quá trình đọc như vậy tương tự như việc người nội trợ đi mua thực phẩm, hàng hóa, cần định trước mua những thứ gì và đựng chúng vào đâu cho thích hợp.

Còn một cơ sở quan trọng để sử dụng thuật toán là phải quan tâm tới cấu trúc của ngôn ngữ trong bài đọc.

Với cấu trúc của ngôn ngữ hiện đại, trong tài liệu khoa học - kỹ thuật thường dư thừa đến 75%, nghĩa là thực tế chỉ có 25% khối lượng trong bài đọc mang ý tưởng chủ yếu đối với loại độc giả và dạng sách báo tương ứng. Việc tập trung chú ý để xử lý khối lượng thông tin có ít này đòi hỏi có sự hỗ trợ cần thiết của thuật toán tích hợp. Thuật toán này cho phép rút ngắn thời gian đáng kể để chọn lại những phần không có thông tin trong bài

https://tieulun.hopto.org

đọc, ngược lại tạo điều kiện đọc một cách có hiệu quả phần có nội dung thông tin cần thiết. Trong quá trình luyện tập, người ta thường thực hiện cách đọc có tốc độ tự động biến đổi: "các chỗ trống" (không có thông tin cần thiết) được đọc với tốc độ nhanh hơn so với phần bài có nội hàm thích hợp.

Trong quá trình luyện đọc nhanh, trước khi đọc cần xem lại khối thuật toán, khi bắt đầu đọc luôn luôn nhớ các khối, tên đề, tác giả, nguồn số liệu xuất bản. Sau đó, tùy vấn đề cần được làm sáng tỏ khi đọc, đi sâu vào nội dung thuộc khối thứ tư. Ngay từ những đoạn đầu tiên đã có thể xuất hiện các sự kiện, tên gọi, thông số khác nhau. Các khái niệm này cần được vào khối thuật toán thứ năm.

Trong quá trình đọc, độc giả đã phải sàng lọc, nội dung lựa chọn và đưa vào các khối thuật toán những gì thích hợp với tên của khối. Chẳng hạn, bạn đọc một bài mô tả cơ cấu của một loại ôtô mới, có những đặc điểm khác biệt. Hãy chú ý rằng nội dung của tài liệu này tập trung ở khối thứ sáu, chứ không phải rải đều ra các khối khác của thuật toán. Mặt khác, thái độ phê phán nội dung trong khi đọc cũng rất quan trọng, không thể phê phán theo cảm tính. Bạn có thể nhất trí hay không nhất trí với tác giả bài đọc, song phải gắn với khối thuật toán này. Sau cùng, đọc xong toàn bài, bạn đã thu nhận được cái gì mới? Khả năng ứng dụng trong công tác có không? Hãy tập trung vào các dữ kiện thuộc loại này vào khối thuật toán thứ bảy.

Như vậy là bạn đã đọc xong và quá đủ nếu trên quan điểm và cách đọc truyền thống. Song, trong việc đọc nhanh thì quá trình hoàn thiện việc đọc vẫn còn tiếp tục. Sau khi đọc, độc giả phải xem lại sơ đồ thuật toán tích hợp một lần nữa và kiểm tra nội

https://tieulun.hopto.org

dung đầy đủ theo từng khối. Việc phân tích tổng hợp bài học cho phép ta nắm được kỹ và nhớ bài.

Chính vì lẽ trên mà khẳng định được ưu điểm của phương pháp đọc nhanh. Người biết đọc nhanh sẽ nắm nhanh hơn, đầy đủ hơn và nhớ nhiều hơn bài đã đọc so với người đọc chậm, đọc theo phương pháp truyền thống. Kinh nghiệm chỉ rằng, khi đã sử dụng quen thuật toán tích hợp để đọc sẽ thu được hiệu quả về lượng và chất và không ngại đọc sách báo. Tất nhiên sự luyện tập ban đầu bao giờ cũng khó khăn, song chỉ qua vài ba tuần lễ, bạn tự thấy rằng mình đã đạt được những bước tiến bộ không ngờ. Đọc xong bất kỳ bài nào, bạn có thể trả lời mọi câu hỏi tương ứng với các khối thuật toán. Và trong quá trình đọc, bạn đã lựa chọn thông tin một cách tự động, lọc bỏ thông tin dư thừa và củng cố những nội dung cho phù hợp với mục đích đọc từ đầu của mình.

Việc đọc theo thuật toán tích hợp góp phần khắc phục thói quen nhìn trở lại. Như đã nói, đây là một bệnh phổ biến của người đọc. Đọc có tổ chức, chủ động, phù hợp từng bước thuật toán buộc độc giả đồng thời hiểu và nắm được bài đọc, theo dõi liên tục để đảm bảo thực hiện theo các khối thuật toán tính cơ động của quá trình suy tư không cho phép người đọc có thời gian và điều kiện để đọc quay trở lại.

Kết thúc đoạn này, chúng tôi xin nhắc lại một điều khuyên của những giáo sư chuyên luyện kỹ thuật đọc nhanh ở nước ngoài: "Dù bài đọc khó đến đây, bao giờ cũng chỉ được đọc một mạch, không được phép quay nhìn trở lại. Chỉ khi đã đọc xong một lượt, suy nghĩ về nội dung của nó rồi mới được phép đọc lại khi thật cần thiết".

https://tieulun.hopto.org

Chương IV

NHÌN, HIỂU VÀ NHỚ

TIẾP THỤ THỊ GIÁC BÀI ĐỌC

Nhìn có một vai trò rất quan trọng trong việc đọc. Mặc dù quá trình nhìn đã được nghiên cứu nhiều, song đến nay khoa học vẫn chưa khám phá hết được những bí ẩn của đôi mắt. Nhờ có mắt mà 90% thông tin con người thu nhận từ thế giới chung quanh được tiếp nhận. Song, các nhà bác học phàn nàn rằng: tiếc thay con người chưa sử dụng một cách có hiệu quả công cụ cần thiết này. Không phải ngẫu nhiên mà Goethe trong tác phẩm của mình đã viết:

Bằng chính mắt của ta
Nhìn ra ngoài thế giới
Vậy mà khó khôn tả!

Nhiều ý kiến của các chuyên gia nghiên cứu quá trình thị giác đều nhất trí rằng mắt phải gánh chịu cho não trước tiên. Vậy sự tiếp thụ bài đọc từ mắt rồi truyền đến não như thế nào? Ở đây có thể chia ra hai giai đoạn chủ yếu: tiếp thụ sơ bộ bài đọc và xử lý bài đọc.

Các chuyên gia cũng chỉ ra rằng khi đọc, mắt người chỉ có thể

https://tieulun.hopto.org

ở một trong hai trạng thái: cố định và lưu động, nói đúng hơn là dừng và thay đổi điểm dừng.

Việc tiếp thụ bài đọc chỉ xảy ra vào lúc dừng (hay cố định) của mắt. Bình thường, mắt người có dừng hàng trăm hàng vạn lần cũng không cho thông tin gì đáng kể. Sự dừng của đôi mắt phụ thuộc chủ yếu vào đối tượng quan sát, tính chất của nhiệm vụ cần giải quyết và điểm nhìn mới có ý nghĩa thực tiễn về thông tin thu nhận được. Người ta đã tính rằng trong 1 giờ mắt người đọc đã dừng ở trạng thái nghỉ đến 57 phút.

Tất nhiên, tốc độ xử lý thông tin trong những điều kiện đó phụ thuộc vào lượng thông tin tiếp thu được khi mắt dừng lại. Vì vậy, bằng cách nâng cao tốc độ đọc, chúng ta sẽ nâng được khả năng tiếp nhận thông tin nhiều hơn trong một đơn vị thời gian tại thời điểm mắt dừng lại để đọc. Cần lưu ý rằng, các quá trình khác nhau sẽ phản ánh đặc điểm tâm sinh lý của sự tiếp thụ bài đọc. Phương pháp khảo sát để nâng cao tốc độ đọc chính là chỗ dựa cần thiết để bằng cách nào đọc được nhanh, nhằm làm cho người đọc theo đuổi một mục đích duy nhất là thu lượm được lượng thông tin lớn nhất trong một đơn vị thời gian.

Sự chuyển động của mắt thường là hoạt động vô thức của con người. Một trong những nguyên nhân đó là không có "mối quan hệ điều khiển ngược chiều" gián tiếp qua sự chuyển động rất nhỏ, không nhận biết được để đưa thông tin vào não. Chuyển động vô thức của mắt có vai trò quan trọng trong việc tiếp thu bằng thị giác. Không phải ngẫu nhiên mà các nhà nghiên cứu, khi đánh giá toàn bộ quá trình xảy ra trong hệ thống thị giác của

https://tieulun.hopto.org

con người đã nhận xét rằng: "Chúng ta thường không biết rằng chúng ta đã nhìn, trừ khi nào chúng ta nhìn thấy".

Khi cố định mắt tại một đối tượng nào đó, mắt thường thực hiện một dao động xung quanh đối tượng đó với tần số 2 - 5 lần trong 1 giây. Từ đó có thể rút ra kết luận cực kỳ quan trọng có ý nghĩa lớn đối với việc hoàn thiện kỹ thuật đọc: giữa người biết đọc nhanh và người đọc chậm, vấn đề không phải khác nhau ở tốc độ chuyển động của mắt họ mà chính là ở chỗ khối lượng tài liệu mà người đọc tiếp thu được tại lúc mắt dừng chuyển động.

Các nhà tâm lý học cho rằng mỗi người, tùy thuộc vào lứa tuổi và kinh nghiệm sẽ phải tốn thời gian cũng như nỗ lực khác nhau trong việc tiếp thu bằng thị giác các đối tượng mới.

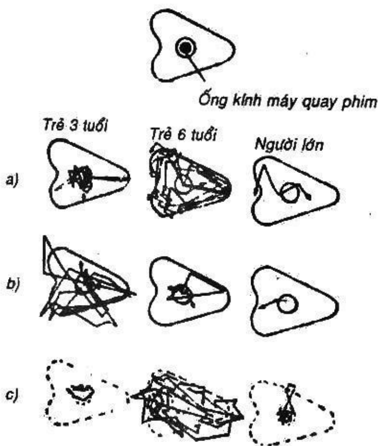
Hình 5 giới thiệu quỹ đạo chuyển động của mắt. Quỹ đạo này được vẽ theo ảnh chụp. Ống kính của máy quay phim được đặt ở trung tâm hình cần quan sát. Một loại máy khác theo dõi sự chuyển động của mắt. Quỹ đạo thứ nhất làcủa trẻ 3 tuổi, quỹ đạo thứ hai của trẻ 6 tuổi và quỹ đạo cuối cùng là của người lớn. Ở đây (h. 5b) mắt chuyển động ít hơn cho phép nhanh chóng dựa vào một số chi tiết mà nhớ được toàn hình. Điều thú vị là ở trẻ lên 3, nhìn hình lần đầu tiên một cách lơ đãng nên mất nhiều thì giờ để nhận biết. Trẻ em lên 6 đã nhìn khá chính xác và chú ý hơn. Quỹ đạo nhìn của người lớn ngắn gọn hơn, nhưng không có nghĩa là đã bao quát hết được hình.

Đa số trong chúng ta thường cho rằng trong quá trình đọc, họ lướt mắt đều đặn qua các dòng chữ. Thực ra không phải như vậy. Trong khi đọc, mắt thường dừng lại 2 - 3 chỗ ở mỗi dòng. Ngoài

https://tieulun.hopto.org

ra bộ máy thị giác không phải lúc nào cũng làm cái công việc chuyển hình ảnh từ tế bào võng mạc đến não. Chuyển động của mắt khi đọc phụ thuộc nhiều vào thói quen. Người ta phân biệt bốn thói quen chủ yếu trong quá trình xử lý thông tin bài đọc, phản ánh trình độ thành thục của người đọc:

- Đọc theo từng chữ;
- Đọc theo từng dòng;
- Đọc theo từng từ;
- Đọc hiểu.

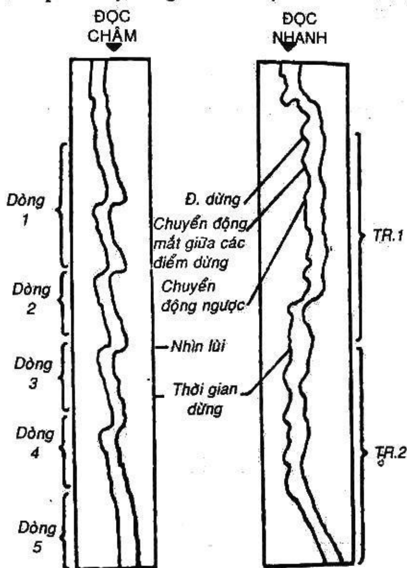


Hình 5. Quỹ đạo chuyển động của mắt.

https://tieulun.hopto.org

Ở đây chủ yếu nói về cách thứ tư. Trong cách đọc này, người đọc chỉ chọn lựa các từ khóa, các ý tưởng và tổng hợp lại trên những cơ sở đó. Đây là cách đọc của những "độc giả lành nghề" có thói quen nhất định, có kiến thức dự trữ, nhớ được và biết sáng tạo.

Kết thúc phần này, cũng nên nhắc lại lời của K. Mac đã viết



Hình 6: Sự chuyển động của mắt trong quá trình đọc.

https://tieulun.hopto.org

trong một tác phẩm của mình: "Việc đọc cũng quan trọng như việc viết, vì vậy cũng phải phân biệt những độc giả thành thạo và những độc giả không am hiểu".

Ở hình 6 giới thiệu hai sơ đồ chuyển động của mắt ghi được bằng phim.

. Phân tích so sánh hai biểu đồ ghi bằng phim cho ta quy định được những thông số cơ bản sau đây trong việc chuyển động của mắt khi đọc để xác định tốc độ:

- số (lần) dừng của mắt khi đọc 100 từ của bài;
- số từ tiếp thụ được trong 1 lần dừng;
- độ dài thời gian dừng;
- số lần quay trở lại (chuyển động lùi) khi đọc 100 từ.

Ảnh hưởng của các thông số trên đây tới tốc độ đọc có thể theo dõi được khi nghiên cứu động lực làm biến đổi các thông số này như bảng sau đây:

Tốc độ đọc (dấu hiệu/ph)	Số lần dừng cho 100 từ	Số từ được xử lý cho 1 lần dừng	Độ dài thời gian dừng (micrô giây)	Số lần lùi lại cho 100 từ
500	220	0,5	0,2	50
2000	90	2	0,2	15

Phân tích bảng này thấy rằng muốn nâng cao tốc độ đọc cần phải:

https://tieulun.hopto.org

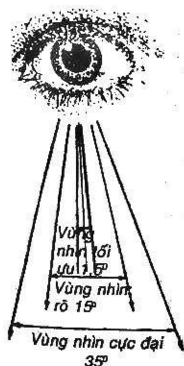
1. Giảm số lần dừng của mắt và độ dài thời gian dừng;

2. Tăng số từ tiếp nhận được cho 1 lần dừng;

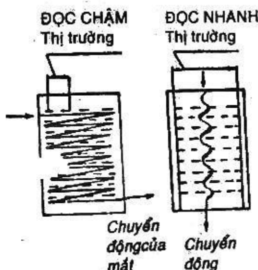
3. Giảm số lần lùi lại.

Tóm lại, trong cách đọc nhanh, chuyển động của mắt càng ít, mắt càng bao quát được trang sách theo đường ngắn nhất (đường thẳng) thì hiệu quả đọc càng cao.

Ở hình 7, trình bày các khả năng khác nhau của vùng nhìn. Người ta đã cố gắng tìm nhiều phương pháp để mở rộng vùng nhìn, mà công cụ sử dụng phổ biến nhất để luyện tập là bộ bảng Sunte (giới thiệu ở Chương V và phụ lục). Ở hình 8 so sánh sơ đồ



Hình 7: Các vùng nhìn.



Hình 8: Sơ đồ chuyển động của mắt trên trang sách trong hai cách đọc.

https://tieulun.hopto.org

chuyển động của mắt trong trường hợp đọc chậm và đọc nhanh. Rõ ràng là khi mắt chuyển động theo trung tâm trang sách sẽ có hiệu quả hơn cách đọc truyền thống. Người ta đã nghiên cứu và nhận định rằng, đọc theo chiều đứng từ trên xuống dưới sẽ loại trừ được thông tin thừa (đến 75%) và chỉ chọn lựa thông tin có nội dung mới của bài đọc một cách nhanh chóng. Luyện tập kiên trì và theo đúng phương pháp sẽ cho kết quả đúng như vậy.

HIỂU ĐIỀU ĐÃ ĐỌC

Hiểu điều đã đọc được là điều kiện bắt buộc của hiệu quả đọc. Vấn đề hiểu trong kỹ thuật đọc nhanh có vai trò hàng đầu. Các nhà tâm lý học cho rằng hiểu là việc thiết lập mối quan hệ giữa các đối tượng bằng cách sử dụng các kiến thức đã có. Khi những bài dễ, chúng ta nhớ ngay ra những kiến thức đã thu nhận được từ trước đây, hoặc là chúng ta mau chóng chọn lựa được từ những kiến thức đã biết cái cần thiết vào thời điểm đọc và gắn liền chúng với những "ấn tượng" mới. Song, khi đọc những bài khó thì không dễ dàng như vậy vì vừa phải sử dụng kiến thức vừa hình thành mối quan hệ lôgic mới một cách phức tạp và phát triển dần theo thời gian của quá trình đọc.

Một nhà tâm lý học nổi tiếng đã rất có lý khi cho rằng để hiểu được bài khó không những phải tập trung tư tưởng cao độ, không những phải có kiến thức, biết vận dụng chúng mà phải có biện pháp tư duy đúng. Người ta khuyên người đọc nên áp dụng ba biện pháp chủ yếu: tách ra được *các điểm tựa suy lý, dự đoán và hiệu chỉnh.*

https://tieulun.hopto.org

Việc hợp nhóm các ý tưởng trong bài tạo điều kiện tách biệt các điểm tựa suy lý để hiểu sâu và dễ nhớ tài liệu. Các nhà tâm lý giải thích rằng điểm tựa để nhớ là tất cả những gì có liên quan mà chúng ta cần nhớ, có thể là rất ngắn gọn, nén thông tin nhưng có khi nội dung lại rộng và phong phú. Nhiệm vụ nhớ khi đọc là phải bao quát được ý tưởng của cả bài đọc, những từ có ý nghĩa, những câu ngắn làm tiên đề để hiểu những trang sau. Đây thực chất là biện pháp của *quá trình lọc và nén thông tin.*

Cơ sở của phương pháp này là thuật toán vi sai mà chúng ta sẽ đề cập tới ở phần sau.

Một biện pháp khác cần áp dụng là dự đoán. Người đọc "lành nghề" có thể đoán được từng chữ, nhóm chữ hay cả câu, một đoạn hoặc thậm chí cả trang sách với đầy đủ ý nghĩa của nó. Khi đó, độc giả phải dựa vào nội dung ý tưởng của bài đọc nói chung, chứ không nên tiếp thu từng chữ. Điều chủ yếu là phải tập trung suy lý nội dung, làm sáng tỏ những ý đồ chủ yếu của tác giả bài đọc.

Hiện tượng dự đoán là có quy luật, và trong chừng mực nhất định giải thích được những dư thừa trong bài đọc (như chúng ta đã biết, khoảng 75%). Có những bài không phức tạp cho phép đánh giá khả năng dự đoán của người đọc.

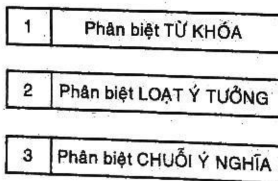
Biện pháp thứ ba là hiệu chỉnh hoặc hồi tưởng lại những gì đã đọc có liên quan đến những ý tưởng mới phát sinh trong quá trình đọc. Cần phân biệt biện pháp này với cái gọi là "nhìn trở lại". Một đằng là việc lặp lại một cách máy móc mà không có ích gì cho việc hiểu, một đằng là gắn liền với cái mới cần được

https://tieulun.hopto.org

xem xét ngay tại thời điểm đó. Biện pháp này cho phép hiểu sâu thêm bài đọc.

Để hiểu bài, chúng ta một lần nữa cũng cần nhắc đến "lõi vàng" của nội dung. Đó chính là 25% nội dung của bài còn lại sau khi đã loại bỏ phần dư thừa.

Làm sao biết đâu là "lõi" của bài đọc. Để giải quyết vấn đề này, chúng ta cần xem xét những nguyên tắc cơ bản của cấu trúc bài đọc. Trong cấu trúc ngôn ngữ hiện đại, các bài đọc có một tổ chức thống nhất, được thiết lập theo một lôgic thống nhất. Ngoài ra, như chúng ta đã biết, tỷ lệ dư thừa khá lớn, đến 75%. Tất nhiên "lõi vàng" mà chúng ta nói tới là những ý đồ chủ yếu của bài. Và như vậy thì quá trình cải tạo lại bài đọc có thể coi như quá trình tách và hình thành cái lõi này. Hình minh họa sơ đồ khối trình tự thực hiện các công đoạn. Người đọc có thể nhìn vào đó mà xác định nội dung thông tin. Vì vậy, bước đầu tiên trên đường cải tạo bài đọc là tách thông tin. Ở đây chúng ta hiểu thông tin là những dữ kiện của bài cần cho từng người đọc cụ thể.



Hình 9. Thuật toán vi sai của việc đọc.

https://tieulun.hopto.org

Bây giờ chúng ta chuyển qua cái gọi là thuật toán vi sai đã nhắc đến ở trên. Trong quá trình đọc và cải tạo bài đọc sẽ dẫn đến việc phân lại mã thông tin. Bộ óc chứa chương trình tách những ý nghĩa cốt lõi từ bài đọc. Tuy nhiên, không phải bao giờ chương trình đó cũng được thực hiện một cách có hiệu quả.

Ở chương trước ta có nói về thuật toán tích hợp nhằm làm giảm nhẹ sự kiếm tìm thông tin cần thiết. Tuy nhiên, trong quá trình đọc cần sớm biết ý nghĩa chứa trong từng khối này. Muốn vậy, cần nghiên cứu thuật toán vi sai. Nhờ thuật toán này ta có thể phân biệt từng đoạn thành các bộ phận lôgic riêng biệt.

Nếu công việc của thuật toán tích hợp khi đọc là so sánh và phân loại - chẳng hạn như so sánh các mặt hàng trong cửa hiệu bách hóa - thì thuật toán vi sai có thể ví như việc chọn lựa một loại hàng nhất định trong quầy hay trên giá, tạo điều kiện lựa chọn nhanh chóng thứ hàng cần thiết cùng loại một cách nhanh chóng và cũng nhanh chóng đánh giá được chất lượng của chúng.

Đầu tiên phải nói đến từ khóa. Đây là một đối tượng có tiêu chuẩn, hiện trạng hoặc tác dụng nhất định. Các giới từ, liên từ, các từ mang tính chất cấu tạo ngôn ngữ khác không phải là từ khóa. Đôi khi đại từ cũng có thể cần được chú ý để chính xác hóa việc chọn từ khóa. Nếu cả đoạn văn có vai trò phụ thì trong đó không thể chứa từ khóa.

Sau đó, dựa vào từ khóa để phân biệt loại ý tưởng (khối thứ hai của thuật toán vi sai). Vậy loạt ý tưởng là gì? Đó là tổ hợp các từ khóa và một số từ phụ của bài đọc ở dạng ngắn gọn, có tính chất bổ sung cho nội dung. Cần nhận biết được ý đồ tác giả trong việc thể hiện từ khóa một cách ngắn gọn.

https://tieulun.hopto.org

Song đó chỉ là biểu hiện bên ngoài của công việc. Từ khóa và loạt ý tưởng đã được phân biệt trong bài chỉ thể hiện nhiều về lượng thông tin đã được nén. Khối thứ ba của thuật toán mới cho ta phân biệt được ý nghĩa. Người ta nhận thấy rằng không nhất thiết người đọc đã nắm bắt ngay được nội dung của từng từ trong bài. Bộ óc sẽ phân lại mã để thông báo cho phù hợp với kinh nghiệm bản thân cũng như chương trình riêng của người đọc. Việc phân lại mã này sẽ xảy ra ngay trong quá trình đọc. Đây là cách tiếp thu bài đọc một cách chủ động, có suy lý chứ không phải "học vẹt".

Khối thuật toán thứ ba phản ảnh quá trình kết thúc của việc phân lại mã, có nghĩa là phân biệt cốt lõi của nội dung. Bảng sau đây đưa ra ví dụ để hiểu về ba khối thuật toán, giải thích đoạn bài đọc sau:

"Thế kỷ của chúng ta không thể không dựa vào "Thống kê học". Đó là một bộ các số, thu thập được bằng cách xác định những mẫu thu thập hiện tượng đặc trưng nào đó, nhất là trong lĩnh vực khoa học xã hội - kinh tế và phương pháp khoa học đã được ứng dụng rộng rãi trong khoa học xã hội cũng như khoa học tự nhiên".

Câu ví dụ	Các từ khóa	Loạt ý tưởng	Ý nghĩa
Nêu trên	Thống kê học, bộ các số, khoa học, phương pháp	1. Thống kê học là bộ các số 2. Thống kê học là khoa học 3. Thống kê học là phương pháp	Thống kê học là khoa học và phương pháp

https://tieulun.hopto.org

Trong thực tế, chúng ta áp dụng thuật toán vi sai như thế nào? Trước hết cần nhớ các nội dung và trình tự của thuật toán. Nên viết lại các khối thuật toán trên giấy rời và để tại bàn làm việc của cơ quan và ở nhà. Chọn một số bài về khoa học - kỹ thuật không phức tạp lắm với khối lượng không quá 6.000 dấu hiệu (chừng 1.500 - 2.000 từ Việt Nam), đọc chậm theo dõi khối thuật toán và gạch chân các từ khóa bằng bút chì. Cần nhớ rằng quá trình kết thúc khá phức tạp vì đòi hỏi có sự suy lý. Chính ở giai đoạn này thể hiện được khả năng của bộ óc nhận biết được cái chính yếu trên nền những cái phụ, thứ yếu phải nêu được sự kiện, hiện tượng, dữ kiện. Và, ý nghĩa bộ lọc tư tưởng của thuật toán là ở chỗ đó.

TẬP TRUNG TƯ TƯỞNG LÀ CHẤT XÚC TÁC CỦA QUÁ TRÌNH ĐỌC

K. Mac đã từng nói: "Trong suốt thời gian lao động cần phải có ý chí, thể hiện ở sự tập trung tư tưởng".

Charles Dicken, Newton cũng có những lời khuyên tương tự. Khoa học hiện đại ngày nay càng chứng tỏ được điều đó, và vai trò của sự tập trung tư tưởng cao độ đã mang lại cho thế giới những thành quả lao động vô giá. Và chính các nhà bác học cũng thừa nhận rằng: "Thiên tài - trước tiên phải là sự chú ý, tập trung tư tưởng".

Vậy sự tập trung tư tưởng hay chú ý là gì? Đó là đặc trưng của một trạng thái của quá trình tâm lý, trạng thái tinh thần. Các nhà tâm lý thì gọi nó là sự tập trung trí tuệ có chọn lựa nhằm nâng

https://tieulun.hopto.org

cao hiệu quả của một hình thức hoạt động nào đó. Đọc cũng là một dạng hoạt động, trong đó việc tập trung chú ý có vai trò cực kỳ to lớn. Thực vậy, có thể nghiên cứu phương pháp đọc nhanh, nhưng không biết tập trung, tổ chức sự chú ý thì phương pháp cũng không thành công được. Vì vậy, luyện thói quen tập trung tư tưởng là một thành phần bắt buộc trong việc dạy và học đọc nhanh.

Theo I. P. Pavlov thì chú ý có thể giải thích theo quy luật cảm ứng của quá trình thần kinh. Theo quy luật này, các quá trình kích thích, phát sinh tại một khu vực này của vỏ não sẽ gây sự kìm hãm cho các bộ phận khác của vỏ não (cảm ứng tiêu cực). Ngược lại, sự kìm hãm ở một bộ phận của vỏ não lại gây kích thích các phần khác (cảm ứng tích cực). Hiện tượng cảm ứng phát sinh ngay ở chỗ nào của vỏ não là nơi phát nguyên đủ tập trung, có thể làm kích thích hoặc kìm hãm. Vì vậy, ở mỗi thời điểm, tại vỏ não của người suy nghĩ sẽ có hệ nguồn điểm nào đó có tính kích thích được nâng cao.

Một số nhà bác học cũng giải thích cơ sở sinh lý của sự chú ý là những điểm trội về kích thích, có người còn nêu một vài sự kiện có tính chất nghịch lý khác. Chẳng hạn, có thời ở Luân Đôn người ta đã tạo điều kiện yên tĩnh đến mức tối đa cho các độc giả của thư viện: độc giả hoàn toàn được cách ly với mọi tác động gây can nhiễu ở mọi phía. Tuy nhiên người ta thấy rằng làm việc ở thư viện trong điều kiện như vậy, độc giả lại chóng mỏi mệt, đường như nếu tuyệt đối không có sự can nhiễu thì không duy trì được sự chú ý thường xuyên. Các kiến trúc sư ở Hanôvơ đã áp dụng mọi biện pháp để tạo điều kiện yên lặng tuyệt đối cho người đọc như sử dụng kính 3 lớp, cách âm sàn

https://tieulun.hopto.org

bằng bê tông tiêu âm, v.v... nhưng độc giả thì lại phàn nàn là không thể làm việc được trong điều kiện tĩnh lặng một cách khó chịu như vậy. Họ bị đau đầu và giảm khả năng làm việc. Các chủ khách sạn cũng phản đối về sự quá yên tĩnh ở một số khách sạn cao cấp. Họ cho rằng, con người trong thực tế cũng cần "hơi ồn" một chút vì hình như hệ thống thần kinh không thể chịu dựng được sự tĩnh lặng tuyệt đối.

Vấn đề là ở chỗ chính con người phải biết tập trung chú ý khi cần thiết - như đọc sách - và tập trung bằng cách nào. Có ba dạng chú ý: chú ý ngẫu nhiên, chú ý có chủ dịnh và chú ý tự giác. Chú ý chủ định khác với chú ý ngẫu nhiên ở chỗ nó hướng vào đối tượng với chủ định giải quyết vấn đề và có mục tiêu rõ rệt. Ngược lại, chú ý ngẫu nhiên lại không có chủ định, sự chú ý xảy ra khi có sự kích thích khác với nền chung. Chẳng hạn, khi nhận thấy có một biển báo lớn trên đường phố, bảng quảng cáo lạ hay phát hiện một chuyện lý thú trong cuốn sách. Còn chú ý tự giác là loại chú ý chủ định, mang tính chất định hướng, có mục tiêu, nhưng không đòi hỏi phải cố gắng thường xuyên. Bất kỳ đọc gì, dù khó hay dễ, hấp dẫn hay buồn chán, cũng vẫn tập trung chú ý một cách tự nhiên; sự chú ý đã trở thành thói quen, tự giác! Ở đây cũng cần phân biệt rõ sự tập trung tư tưởng là mức cao của sự chú ý. Và tập trung tư tưởng mới tạo điều kiện thành công trong việc đọc nhanh, không nhất thiết môi trường phải thật yên tĩnh và cũng không đòi hỏi các điều kiện ngặt nghèo khác trong khi đọc sách. Chúng ta thường thấy rằng, trong quá trình đọc, mức độ chú ý có thay đổi. Đọc nhanh đòi hỏi chú ý cao độ. Trong quá trình đọc, nếu có sự chú ý ngẫu nhiên là do

https://tieulun.hopto.org

tác giả gây ra thì sự chú ý có chủ định phải chính do độc giả. Vì vậy, chú ý là hoạt tính tâm lý - tinh thần của người đọc. Chú ý đảm bảo đọc sâu và nắm vững bài đọc. Vì vậy, nếu nói chú ý là chất xúc tác của quá trình đọc thì cũng không ngoa. Hiệu quả đọc tùy thuộc vào sự chú ý của người đọc.

Đọc với dạng chú ý tự giác là cho hiệu quả cao nhất. Khi nắm được phương pháp đọc nhanh cần đặt nhiệm vụ phát triển sự chú ý ngẫu nhiên trở thành tự giác, thành thói quen.

ĐỌC VÀ NHỚ

Khoa học hiện đại đã xác định rằng trí nhớ là một hệ thống lưu giữ và tái sản xuất thông tin.

Ngay từ thời xa xưa, người ta đã có ý đồ muốn giải thích cơ chế của sự nhớ, chẳng hạn như Arixtôt ở thế kỷ thứ IV trước Công nguyên. Và mặc dù chúng ta đã có một lịch sử nghiên cứu lâu dài về trí nhớ, cho tới đầu thế kỷ XX vẫn chưa có được cách giải thích cho hiện tượng này một cách nghiêm túc. Mãi tới những thập kỷ sau này mới có được những dữ kiện có cơ sở khoa học về quy luật của chức năng quan trọng bậc nhất của bộ não. Và tới nay, vẫn đồng thời tồn tại nhưng giả thuyết khác nhau về cơ chế nhớ thông tin của bộ não người. Trong khuôn khổ cuốn sách nhỏ này, chúng tôi không có ý định nêu lại những giả thuyết đó, mà chỉ nêu vấn đề có liên quan đến việc đọc và nhớ, có liên quan đến sự phát triển trí nhớ. Ngay từ thập kỷ 60, nhà sinh lý học Anh Grây Uôntơ đã viết: "Trí nhớ không phải là đồng tiền ném ra mặt bàn mà là ngọn nến đang cháy sáng". Đến thập kỷ

https://tieulun.hopto.org

70, người ta cũng nêu các quan điểm thống nhất về bản chất của trí nhớ, và cho rằng cần phải xem xét nó như một hệ chức năng phức tạp, có tính tích cực, phát triển theo thời gian, ở nhiều khâu và có nhiều mức độ tổ chức khác nhau.

Nếu trí nhớ là quá trình hoạt động tích cực về tinh thần của con người thì việc xác định các chỉ tiêu định tính và định lượng của trí nhớ là cần thiết. Con người đọc nhiều, đọc nhanh, giải quyết những nhiệm vụ một cách sáng tạo. Và trí nhớ được coi như những ngọn lửa sáng chói của hàng trăm ngàn ngọn nến soi sáng quá trình xử lý và lưu giữ thông tin. Và ngược lại, ở trạng thái bị động, nó chỉ như ngọn lửa leo lét, không soi tỏ thông tin và không tìm được chỗ đưa vào lưu giữ trong bề sâu của bộ não.

Như chúng tôi đã nêu ở chương trên, khả năng chứa thông tin của não dường như là vô tận. Theo đánh giá của các nhà bác học, dung lượng tổng cộng của bộ óc có thể chứa đến $2,8 \times 10^{20}$ bit. Rõ ràng là khi ta nâng tốc độ đọc lên 2 - 3 lần, nghĩa là nâng cao tương ứng khả năng tiếp nhận và xử lý thông tin sẽ không dẫn tới tình trạng quá tải của não, vì nó có một tiềm năng dự trữ to lớn. Đó là kết luận thứ nhất.

Khi đọc, não tiếp thu được càng nhiều thông tin bao nhiêu thì mức mã truyền thông tin càng cao bấy nhiêu. Khả năng thực hiện việc phân mã theo các thuật toán để lưu giữ hàng tỷ trường hợp, khi gặp các hiện tượng khác nhau, đó là đặc điểm chủ yếu của hệ trí nhớ con người.

Mã hóa thông tin có thể từ các con số, chữ, mệnh đề, bài đọc, ý tưởng. Tất nhiên, lượng thông tin lớn hơn được truyền bằng mã những ý tưởng sẽ lớn hơn và hiệu quả hơn.

https://tieulun.hopto.org

Từ đây ta có kết luận thứ hai là: để nâng cao hiệu quả tiếp thu và nhớ bài đọc cần hợp nhất thông tin thành các khối ý tưởng thông tin lớn. Vì vậy, đọc nhanh vừa nâng cao được hiệu suất thông tin, vừa đảm bảo chất lượng cao khi nắm thông tin do tổ chức hợp lý quá trình tiếp nhận thông tin đó.

Qua nhiều nghiên cứu thí nghiệm, người ta đưa ra kết luận thứ ba: khi luyện đọc nhanh, điều cần lưu ý là tạo điều kiện nâng cao sự nhớ ngẫu nhiên bằng cách chủ động nhận thức trong việc giải quyết những nhiệm vụ sáng tạo - ở đây, là việc đọc.

Đã nói đến việc nhớ thì cũng cần nêu vài điều về sự quên. Đó là một quá trình phức tạp và không đều đặn. Nhà tâm lý học người Đức Etbingaoxơ từ năm 1885 đã xây dựng được "đường cong quên" (h. 10) trên cơ sở những nghiên cứu thực nghiệm. Chúng ta thấy rằng, con người có thể quên ngay sau vài giờ đọc tài liệu, và hình vẽ cho thấy khối lượng thông tin chỉ trong 10 giờ đầu đã hạ từ 100% xuống còn 35%. Nếu quả đúng như sự biểu diễn cái quên như trên đây, thì làm thế nào để ngăn chặn tình trạng đó sau khi đọc xong tài liệu? Một trong nhiều cách nên làm là nhắc lại, kể lại điều đã đọc phù hợp với các khối thuật toán tích hợp đã nêu ở phần trên. Có như vậy mới củng cố có hiệu quả thông tin thu nhập được, và tài liệu được chuyển sang ý tưởng của bản thân người đọc. Và như vậy mới nhớ được. Đó cũng là kết luận thứ tư.

Kết luận thứ năm là phải giải thích được những điều đã đọc, và bản thân người đọc có tự tin và hiểu điều mình vừa thu nhận được, mới nhớ được.

Để kết thúc chương này, chúng ta cần nhớ rằng:

https://tieulun.hopto.org

1. Đọc nhanh sẽ đẩy nhanh quá trình tư duy và nhớ, tức là luyện trí nhớ.

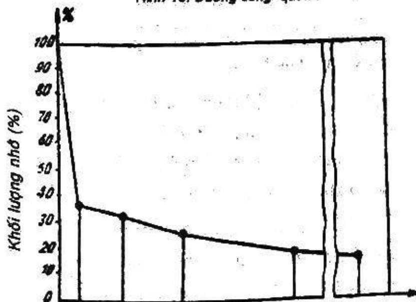
2. Con người chỉ nhớ sâu và nhớ lâu khi thông tin được kết hợp thành các khối, số khối này không quá 7. Khi đọc luôn tuân thủ thuật toán tích hợp.

3. Chế độ nhớ ngẫu nhiên có hiệu quả nhất. Đọc nhanh chính là để thực hiện chế độ đó.

4. Việc nhớ ý tưởng dựa trên việc phân lại mã thông tin đã tiếp thu, có hiệu quả gấp 20 lần cách tiếp thu máy móc. Đọc nhanh luôn luôn thực hiện với chế độ này và cần dựa trên thuật toán vi sai.

5. Nhắc lại ngay điều đã đọc sau khi kết thúc bài đọc sẽ làm giảm nhiều khả năng quên thông tin được nhiều. Hãy nhắc lại điều đã đọc để kiểm tra nội dung các khối thuật toán tích hợp ngay khi vừa đọc xong.

Hình 10. Đường cong "quên".



https://tieulun.hopto.org

Chương V

CÁC LOẠI BÀI TẬP CHỦ YẾU ĐỂ LUYỆN ĐỌC NHANH

XÁC ĐỊNH TỐC ĐỘ ĐỌC BẰNG CÁCH NÀO?

Để xác định tốc độ đọc, sử dụng công thức đơn giản sau đây:

$$V = (Q : T).K \qquad (1)$$

trong đó V - tốc độ tính (dấu hiệu/phút);

Q - số dấu hiệu trong bài;

T - thời gian hao phí để đọc (phút);

K - hệ thức hiểu.

Trong công thức (1) khối lượng của bài đọc được tính bằng dấu hiệu, tức là từng chữ trong một từ (ví dụ: từ "đọc" có 3 dấu hiệu, cụm từ "phương pháp đọc nhanh" có 18 dấu hiệu ... Trong một số sách giáo khoa tính bằng từ/phút).

Trong tiếng Việt, theo nghiên cứu thống kê của chúng tôi, một từ thường có trung bình 3,5 dấu hiệu. Ví dụ tốc độ tính bằng 700 dấu hiệu/phút thì tốc độ tính bằng từ sẽ quy đổi là 200 (700: 3,5 = 200).

https://tieulun.hopto.org

Dùng đồng hồ bấm giây (chronomètre) để đo thời gian đọc.

Để đánh giá chất lượng đọc, cần tính *hệ số hiểu*. Chúng ta biết rằng đọc nhanh đồng nghĩa với đọc có suy nghĩ và hiểu được sâu sắc những điều đã đọc. Vì vậy trong quá trình đọc, ngoài việc đo tốc độ đọc, phải xác định được chất lượng, nắm được bài.

Từ công thức (1), ta thấy rằng tốc độ gắn liền với mức độ hiểu. Hệ số hiểu xác định bằng cách phân tích 10 câu hỏi sẵn có trong mỗi bài đọc, căn cứ vào nội dung của bài đó. Nếu trả lời đúng cả 10 câu thì được 10 điểm, tương ứng với K = 1, nếu đúng được 8 trong 10 câu thì hệ số K = 0,8 v.v...

Khi luyện đọc, cần xác định tốc độ ban đầu. Ví dụ, trong bài luyện số 5 gồm 1.820 dấu hiệu với 10 câu hỏi kèm theo. Nếu bạn đọc trong 2 phút và trả lời đúng 8 câu hỏi thì tốc độ đọc của bạn sẽ là: V = (1820: 2). 0,8 = 728 dấu hiệu/phút tương ứng với .200 từ/phút (áp dụng cho tiếng Việt).

Dưới đây giới thiệu tham khảo về tiêu chuẩn tốc độ đọc các tài liệu khoa học -kỹ thuật có quy ra tiếng Việt để bạn có cơ sở đánh giá và tự nhận xét trình độ đọc của mình.

Tốc độ đọc	Số dấu hiệu/phút	Số từ/phút (tiếng Việt)
- Thấp	Dưới 900	Dưới 250
- Trung bình	1500	430
- Cao	3300	950
- Rất cao	Trên 3300	Trên 950

https://tieulun.hopto.org

Cũng có một số học viên (ở nước ngoài) hỏi về khả năng luyện để nâng lên đến 800 từ trong 1 phút. Tốc độ đọc của mỗi cá nhân phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố: tính hoạt động và mức độ của quá trình tâm - thần kinh, nhiệt tình, đặc điểm về tư duy, v.v... Vì vậy cần đặt nhiệm vụ nâng cao tốc độ đến mức hợp lý phù hợp với khả năng. Theo kinh nghiệm cho biết, một người có sức khỏe bình thường, nắm vững phương pháp đọc nhanh đã giới thiệu trên đây có thể nâng cao tốc độ đọc 2 - 3 lần so với khi mới bắt đầu luyện tập. Tuy nhiên cũng có trường hợp, lúc đầu tốc độ đọc đã đạt tới 300 từ/phút nhưng vẫn không nâng tốc độ lên bao nhiêu nếu không theo đúng phương pháp.

Trong quá trình học tập nên ghi lại khối lượng đã đọc và thời gian đọc. Nên sử dụng bảng giới thiệu dưới đây để ghi chép:

Dạng tài liệu đọc	Thứ hai	Thứ ba	Thứ tư	Thứ năm	Thứ sáu	Thứ bảy	Chủ nhật
Báo (khối lượng, thời gian)							
Sách KHKT (-nt-)							
Các dạng sách khác (-nt-)							
Tổng cộng trong tuần:							
- khối lượng							
- thời gian							
Tốc độ đọc trung bình (dấu hiệu/phút)							

https://tieulun.hopto.org

ĐỌC NHƯ THẾ NÀO?

Sau khi đã nghiên cứu những đặc điểm chủ yếu của quá trình đọc cũng như các nhược điểm của phương pháp đọc truyền thống, chúng ta hãy phân tích xem nên đọc như thế nào. Kể ra, cũng khó trả lời vấn đề này một cách thỏa đáng. Đọc là một quá trình không hoàn chỉnh, có tính chất ngẫu hứng, trực giác. Để tiến hành phân tích hiệu quả đọc của từng người và khắc phục nhược điểm, bạn cần trả lời 10 câu hỏi phỏng vấn và tự đánh giá theo thang điểm tương ứng.

CÂU HỎI	ĐIỂM
1. Bạn có mục đích rõ rệt này từ khi bắt đầu đọc không?	
- Bao giờ cũng có	10
- Có mục đích	6
- Đôi khi có	4
- Rất ít khi	2
- Không khi nào	0
2. Bạn có thay đổi tốc độ đọc trong 1 bài không?	
- Thường thay đổi	10
- Đôi khi	6
- Tốc độ được xác định từ đầu	4
- Luôn đọc với tốc độ trung bình	2
- Thường đọc rất chậm	0

https://tieulun.hopto.org

3. Bạn có tập trung cao độ không?

- Thường xuyên 10
- Thường có tập trung 6
- Chỉ trong trường hợp tài liệu rất hay 4
- Rất ít khi 2
- Không tập trung 0

4. Bạn có nắm nhanh được bố cục bài đọc không?

- Thường nắm ngay được 10
- Biết ngay được phần quan trọng 6
- Sau khi đọc một phần bài thì nắm được 4
- Đọc hết bài thì nắm được 2
- Không chú ý đến bố cục 0

5. Bạn có thể hiểu ngay ý của cả câu không?

- Có thể 10
- Có thể, nếu bài dễ 6
- Đôi khi hiểu 4
- Thỉnh thoảng có hiểu 2
- Không thể 0

6. Bạn có thể xem lại ngay đoạn đã đọc không?

- Không bao giờ 10
- Nếu thấy lạ, có trở lại 6
- Đôi khi quay lại vì không hiểu từ 4

https://tieulun.hopto.org

- Đôi khi, nếu không hiểu ý của bài 2
- Thường xuyên 0

7. Bạn có chỉ tay hay dùng bút chì để theo dõi hoặc ngoảnh đầu theo dòng không?

- Không bao giờ 10
- Đôi khi ngoảnh đầu 6
- Đọc chỗ quan trọng có chỉ tay 4
- Thỉnh thoảng 2
- Thường xuyên 0

8. Bạn có lẩm nhẩm khi đọc không?

- Im lặng, không lẩm nhẩm bao giờ 10
- Không thể trả lời chính xác được 6
- Lẩm nhẩm những từ khó 4
- Đôi khi lẩm nhẩm 2
- Thường đọc thành tiếng 0

9. Bạn có rút kinh nghiệm về cách đọc của mình không?

- Có 10
- Đôi khi 6
- Khó trả lời 4
- Ít khi 2
- Không bao giờ 0

10. Bạn đưa mắt thế nào khi đọc?

- Thẳng đứng từ giữa trang 10

https://tieulun.hopto.org

- Zizac từ dòng nọ sang dòng kia 6
- Theo đường chéo trang sách 4
- Dừng lại ở từng dòng 2
- Dừng lại ở từng chữ 0

Tổng số điểm đạt được: ...

Từ kết quả phỏng vấn có thể đánh giá như sau:

- Người đọc có nghề: 100 điểm
- Người đã luyện được thói quen đọc nhanh: 70 - 80 điểm
- Người có khả năng đọc nhanh nhưng chưa luyện: 40 - 50 điểm
- Đa số những người khác: 20 - 30 điểm

Các bạn hãy nhớ bài thử nghiệm trên đây, nếu kiên trì luyện tập sẽ dần dần đạt kết quả tốt, cuối cùng bạn sẽ có nghề! Đọc bài luyện số 5 trong 2 phút và kiểm tra theo công thức (1). Tất nhiên bạn cũng phải trả lời đầy đủ 10 câu hỏi.

NẮM VỮNG THUẬT TOÁN TÍCH HỢP CỦA BÀI ĐỌC

1. Nghiên cứu thuật toán tích hợp của việc đọc, hiểu ý nghĩa và nội dung của các khối.

2. Bạn hãy tự vẽ ra sơ đồ thị thuật toán theo ý bạn, nếu có thể, hoặc vẽ lại khối thuật toán theo hình 4 thành 2 bản, 1 để ở bàn làm việc, 1 để ở nhà.

3. Hàng ngày đọc một vài bài nói về chuyên môn lấy giấy và vẽ thuật toán cho bài đó. Trong quá trình đọc, bạn hãy đặt các thông tin vào khối thích hợp. Khi đọc xong, bạn nhắm mắt lại và

https://tieulun.hopto.org

tự kiểm tra ý tưởng và nội dung đã ghi trong các khối đó.

4. Hàng ngày đọc 1 - 2 bài, nhưng với tốc độ nhanh hơn, không chú ý tới các khối thuật toán nữa mà chỉ suy nghĩ về nội dung và ý tưởng. Nghiên cứu và nhớ những quy tắc cơ bản của việc đọc nhanh. Trước khi muốn đọc lại lần nữa bài đọc, hãy thử nhớ lại những khái niệm cần thiết thích hợp với thuật toán.

5. Xác định những chỗ dư thừa trong 1 bài và tính toán theo công thức sau đây:

$$D = [(T - N): T].100 \qquad (2)$$

trong đó D - độ dư thừa trong bài (%);

T- tổng số từ trong bài;

N- số từ ngắn gọn sau khi đã nén bài đọc.

LUYỆN THEO BẢNG SUNTE

Để phát triển sự nhìn ngoại vi, chúng ta cần sử dụng các bảng Sunte (xem phụ lục). Trong tâm lý học, bảng này thường dùng để nghiên cứu và phát triển nhịp độ tiếp thu và đặc biệt là tốc độ di chuyển có định hướng của mắt. Mỗi bảng trong phụ lục là những tấm cactông hình vuông cỡ 20 x 20cm, trong đó ghi các số từ 1 đến 25 theo những thứ tự bất kỳ. Chúng ta cần phải tự chuẩn bị lấy bộ bảng này. Cách thực hiện là nhanh chóng phát hiện theo thứ tự tăng của cả 25 con số ở từng bảng trong cả bộ này. Thời gian để tìm số đo bằng thì kế (hoặc bằng kim giây của đồng hồ thường).

Độc giả chú ý phát hiện số cho 1 bảng khoảng 25 - 30 giây.

https://tieulun.hopto.org

Tùy mức độ luyện tập cho toàn bộ các bảng mà thời gian có thể giảm xuống còn khoảng 11 - 12 giây. Có một số trường hợp lại đạt thời gian 7 - 8 giây, nghĩa là vượt tiêu chuẩn quy định. Nhưng nói chung thì thời gian sẽ tăng do sự chậm trễ phát hiện một số nào đó, và có nhiều trường hợp phát hiện được số này nhanh thì lại bị chậm trễ ở số khác. Có lúc còn không thể tìm thấy số đó trong bảng nữa. Đặc điểm làm việc với bảng Sunte chứng tỏ rằng mức độ hoạt động tâm lý ở từng người về nguyên tắc là không như nhau.

Đối với người khỏe mạnh và được nghỉ ngơi thì thời gian tìm số ở mỗi bảng là tương tự nhau. Khi luyện đến bảng 9, bảng 10 thì một số người bị mỏi mệt. Tùy mức độ luyện tập mà thói quen quan sát ngoại vi tiến bộ lên.

Luyện với các bảng Sunte nên tuân theo cách sau đây:

1. Khi luyện tập, sử dụng cả bộ 10 bảng.

2. Đếm số tăng dần từ 1 đến 25, làm như vậy với cả 10 bảng. Các số tìm được đánh dấu bằng bút chì. Kết quả luyện tính cho mỗi bảng không được vượt quá 25 giây.

3. Trước khi bắt đầu đếm, cố định mắt tại trung tâm bảng để bao quát được toàn bộ.

4. Khi tìm số, chỉ được đưa mắt từ trên xuống dưới theo chiều thẳng đứng. Khoảng cách từ mắt đến bảng khoảng 25 - 30cm.

Thời gian luyện tập do bạn tự quy định, lấy việc không mỏi mệt làm nguyên tắc.

Thực hiện với bảng Sunte trong hai tuần:

https://tieulun.hopto.org

1. Trong tuần đầu, hàng ngày luyện với cả bộ bảng theo quy tắc đã nêu trên đây. Kiểm tra thời gian không quá 25 giây. Đọc theo chiều đứng các cột báo hàng ngày hoặc bài đọc số 4 ở phần phụ lục rồi lại tiếp tục luyện theo bảng Sunte.

2. Tuần thứ hai, trong khoảng 2 - 3 ngày đọc 100 - 150 trang. Đưa mắt theo chiều đứng, mỗi trang đạt thời gian không quá 15 giây. Chưa cần nhớ những điều đã đọc. Sau đó, trong khoảng 2 - 3 ngày, lại đọc sách với khối lượng 100 - 150 trang, đưa mắt theo chiều đứng. Thời gian khống chế cho 1 trang là 30 giây nhưng phải nắm được những điều chính yếu của bài đọc.

Cuối cùng, luyện theo bài tập ở phụ lục. Có thể đọc nhanh, đưa mắt theo chiều đứng, phải nhờ thuật toán tích hợp, và tìm các câu hỏi trả lời đúng khối thuật toán. Hiểu rõ nội dung bài đọc. Trả lời 10 câu hỏi và đo thời gian đọc. Xác định tốc độ đọc để xem mức độ tiến bộ của mình.

LUYỆN TẬP ĐỂ HIỂU THẤU BÀI ĐỌC

Thời gian này chỉ có 1 tuần, phân ra làm hai thời đoạn:

1. Trong nửa tuần đầu, hàng ngày đọc 2 - 3 bài, viết nội dung tương ứng vào khối thuật toán. Sau đó, đọc 15 - 20 trang sách và làm bài tập ở phụ lục.

2. Trong nửa thứ hai của tuần, mỗi ngày đọc 2 - 3 bài và làm bài tập theo phụ lục. Hàng ngày bắt buộc thực hiện đọc: 2 bài báo, 1 tạp chí về chuyên môn hay sách phổ biến khoa học và 50 - 100 trang sách có nội dung bất kỳ.

https://tieulun.hopto.org

LUYỆN TẬP CHÚ Ý CAO ĐỘ TRONG KHI ĐỌC

Chọn một cuốn sách nào đó in rõ, có chiều rộng dòng khoảng 100 - 120mm. Dùng bút chì xanh đỏ vẽ ở giữa trang một vòng tròn 2mm. Có thể, và cần phải dán trang đó trên bìa cứng. Việc luyện thực hiện vào lúc sắp đi ngủ. Ngồi ở bàn, đặt trang sách có đánh dấu xanh đỏ ấy trước mặt; tất nhiên là được chiếu sáng đầy đủ bằng đèn bàn, nhưng không gây chói lóa. Tập trung đôi mắt vào điểm xanh đỏ, tay đặt trên bàn, chân đặt dưới sàn một cách nghiêm chỉnh. Bạn cố gắng nhìn các chữ xung quanh điểm xanh đó, trong 10 phút. Sau đó, nhắm mắt lại, đi tới giường, nằm xuống (vẫn không mở mắt) và suy nghĩ về những điều đã đọc. Cần lưu ý:

1. Thực hiện như vậy hàng ngày đều đặn trong 2 - 3 tháng.
2. Thường xuyên tập trung vào điểm đã đánh dấu ở giữa trang.
3. Cố gắng mở rộng phạm vi nhìn ra xung quanh điểm đó.

Dần dần, bạn sẽ nhìn thấy ngày càng nhiều chữ, nhiều câu hơn và qua 2 - 3 tháng chuyên cần luyện tập hàng ngày bạn sẽ nhìn thấy cả trang sách. Cách tập này đồng thời cũng có tác dụng trong việc phát triển nhìn ngoại vi. Bạn có thể dùng thêm bảng Sunte kèm các đường đã chừa sẵn ở 1 đến nhiều ô để tập nhận biết các chữ số hiện ra ở chỗ đã đục ô và tập nhớ. Đây là cách luyện bổ sung. Bài này luyện tập hàng ngày trong 2 tuần. Khi đọc cần lưu ý vào các số liệu dữ kiện ở trong bài. Bạn hãy nhớ thuật toán tích hợp và thuật toán vi sai của việc đọc. Đo thời gian đọc và trả lời 10 câu hỏi kiểm tra để tính tốc độ đọc.

https://tieulun.hopto.org

Chương VI

LUYỆN ĐỌC NHANH NHƯ THẾ NÀO?

PHƯƠNG PHÁP LUYỆN TẬP

Nội dung của chương này nhằm giúp những ai muốn đạt được kỹ thuật đọc nhanh -đọc nhanh theo đúng nghĩa: nắm và xử lý nhanh thông tin của bài đọc.

Như đã trình bày ở các chương trên, nắm được phương pháp đọc nhanh là một quá trình luyện và tiếp thu để có được một thói quen mới trong hoạt động trí óc của con người.

Phương pháp sư phạm hiện đại phân biệt ba mức: nắm được kiến thức, hình thành kỹ năng và tạo thói quen. Trong đó, những kiến thức luôn gắn bó chặt chẽ với những dữ kiện, hệ khái niệm, các định luật, quy tắc, những quy luật nhất định và bổ sung lý luận và các thuật ngữ có liên quan. Kỹ năng là những tác động thực tế dạy ta thực hiện được những tri thức mới, trên cơ sở đó lại tiếp tục tạo điều kiện có được những kiến thức mới khác nữa. Chẳng hạn, biết đọc tiếng nước ngoài ta sẽ có thêm được một nguồn tri thức mới trong sách báo. Còn thói quen? Đó là tác động đặc trưng bởi việc nắm thật vững kỹ năng, nó trở thành các

https://tieulun.hopto.org

tác động thuần thục, tự động, không cần có sự kiểm tra. Đã là thói quen thì thực hiện dễ dàng, thoải mái, không nhận biết được trong quá trình thực hiện của bản thân. Song, muốn trở thành thói quen, muốn đạt tới kết quả cao của kỹ thuật đọc nhanh thì chỉ có luyện tập, lao động công phu. Không có một cách nào khác.

Mọi sự luyện tập đều đòi hỏi tập trung tư tưởng, kiên nhẫn và có hệ thống. Nếu không có được những điều kiện này, thì không thể thành công được. Vì vậy, tư tưởng chủ đạo là phải nắm vững phương pháp, để có được thói quen mới trong hoạt động trí óc của người đọc.

Một trong những điều kiện bắt buộc của người tự học là chu kỳ luyện tập phải liên tục, đều đặn, đầy đủ và thực hiện các bài tập một cách có hệ thống.

Cứ 8 tuần là một chu trình luyện tập. Kinh nghiệm cho hay là phải lập kế hoạch học tập sao cho trong vòng 2 tháng đó, mỗi ngày làm việc ít nhất là 1 giờ rưỡi.

Một điều kiện bắt buộc khác là tự giác làm bài tập, đảm bảo hiểu sâu nội dung của phương pháp luyện tập. Không thể hy vọng đạt được kết quả tốt nếu khi bắt đầu luyện tập và chưa hiểu rõ những cơ sở kiến thức cần thiết của việc tập luyện.

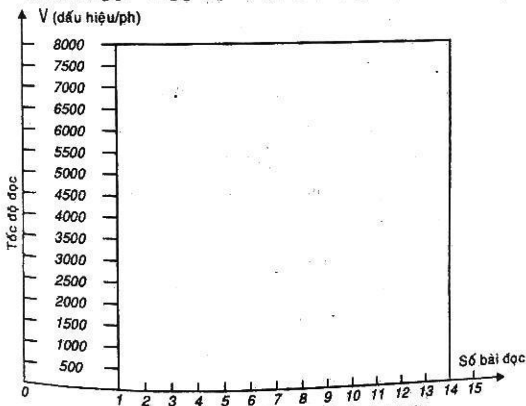
Cũng vẫn phải nhắc lại thêm một lần nữa là: đặc điểm chủ yếu của phương pháp là tích cực, chủ động tự luyện tập có định hướng thay đổi dần theo quá trình gắn liền với những tác động lao động trí óc. Nếu không nhận thức được điều này sẽ không thể lôi kéo được cơ cấu cao cấp của vỏ não vào cuộc luyện tập, đảm bảo xây dựng lại quá trình suy tư và nắm vững phương

https://tieulun.hopto.org

pháp đọc nhanh. Đọc nhanh, nắm đầy đủ và sâu những điều đã học là mục đích chủ yếu, nếu không nhận thức đầy đủ thì dù có luyện tập theo thiết bị chuyên dụng đi nữa, vẫn không đạt được kết quả mong muốn.

Không thể đốt cháy giai đoạn trong việc luyện tập. Các thiết bị chuyên dụng chỉ giúp ta luyện các yếu tố về chuyển động của mắt, cơ chế ngoại vi của việc phát âm và nghe. Song chúng cũng chỉ có tác dụng yếu ớt đến trung tâm não trong việc điều khiển quá trình đọc. Vì vậy, thành công của việc luyện tập chính là ở chỗ có điều kiện nghiên cứu dần dần phương pháp lý thuyết về làm bài tập.

Nắm vững phương pháp đọc nhanh chủ yếu là ở cá nhân người



Hình 11. Biểu đồ tự kiểm tra quá trình luyện tập.

https://tieulun.hopto.org

luyện tập. Kinh nghiệm của các lớp học cho hay: chưa bao giờ trong một lớp học, dù có điều kiện luyện tập như nhau mà cho kết quả đồng đều giữa các học viên. Mỗi người tự chọn cho mình một nhịp độ và chiến lược đọc thích hợp. Hình 11 thể hiện biểu đồ mẫu để học viên ghi quá trình học của mình, tự kiểm tra kết quả của mình.

Điều kiện bắt buộc cuối cùng là phải luyện theo trình tự dần dần, từ dễ đến khó, từ cái đã biết đến cái chưa biết. Chỉ chuyển sang làm bài tập sau khi đã hoàn toàn nắm vững bài trước.

CHƯƠNG TRÌNH LUYỆN TẬP

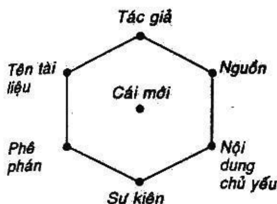
Chúng ta cần lưu ý rằng chỉ bắt tay vào làm bài tập sau khi đã nghiên cứu đầy đủ tài liệu lý thuyết và quy tắc thực hiện từng bài tập.

Việc chọn lựa bài tập và trình tự đúng đảm bảo cho học viên nắm được thói quen mới trong hoạt động trí óc. Đó là ý đồ phương pháp luận của cuốn sách. Làm quen dần với những cơ chế tâm sinh lý của quá trình đọc sẽ tự giải thích được tính hợp lý của những bài tập đề ra.

Thoạt đầu, như chỉ dẫn đã nêu ra ở Chương I, bạn xác định tốc độ đọc ban đầu và tốc độ đọc cưỡng bức (xem Chương II). Muốn thế, bạn sử dụng bài kiểm tra ở phần phụ lục. Các bài này đều có những câu hỏi để kiểm tra mức độ hiểu bài đã đọc. Cuối mỗi giai đoạn học tập, bạn cần đọc một bài nào đó, làm bài tập và tính tốc độ theo công thức giới thiệu ở Chương V.

Tuần thứ nhất. Tập trung vào thuật toán tích hợp của việc đọc

https://tieulun.hopto.org



Hình 12. Ví dụ về cách nhìn nhận thuật toán tích hợp (có dạng hình lục giác).

làm các bài tập theo chỉ dẫn ở chương III. Cần đặc biệt chú ý phát triển khái niệm nhìn khối thuật toán. Có nhiều cách để thể hiện khái niệm nhìn khối thuật toán. Hình 12 là một ví dụ, do chính học viên của một lớp học đọc nhanh vẽ ra.

Họ đã giải thích nhiệm vụ khi vẽ sơ đồ trên như thế nào? Đầu tiên là phải tấn công vào 3 góc thứ nhất của mỗi khối: tên đề, tác giả, nguồn. Rồi tùy theo mức độ giải quyết 3 góc còn lại của khối. Khối cuối cùng - "cái mới" được đặt ở trung tâm. Sau một tuần chuyên cần luyện tập, họ cảm thấy đã làm quen với các khối thuật toán một cách hiệu quả rõ rệt.

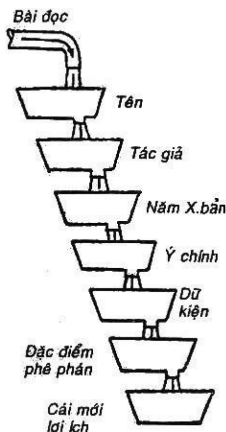
Cũng có phương án thể hiện thuật toán dưới dạng vòi nước được vặn ra va chảy vào một hệ bình chứa theo thứ tự như hình 13.

Chúng ta có thể vạch được các dạng sơ đồ khác nhau để thể hiện thuật toán đọc, thậm chí không vạch ra được, nhưng hiểu và nhớ được lần lượt theo trình tự và ý nghĩa của từng phần việc phải nhớ. Chính trình tự đó cũng là khái niệm về thuật toán của sự nhìn. Điều chủ yếu là chúng ta hình thành được một chương trình mới để đọc. Hãy tìm cách trả lời những câu hỏi trong bài đề ra ở các khối thuật toán - đó là nhiệm vụ đọc. Luyện tập

https://tieulun.hopto.org

nhiều sẽ dẫn đến kết quả là khi đọc xong bài, các số liệu, dữ kiện, tên gọi,... hiện ra trong đầu.

Đồng thời cũng phải đấu tranh chống thói quen nhìn trở lại. Sự chuyển động quay trở lại ngày càng ít đi, và dần dần mất hẳn. Trong thời đoạn này cần nghiên cứu và nhớ nguyên tắc chủ yếu của việc đọc.



Hình 13: Một cách thể hiện khác về thuật toán đọc

Tuần thứ hai và tuần thứ ba. Nên phát âm khi đọc. Hai tuần là thời gian đủ để nén phát âm và thực hiện đều đặn các bài tập. Các bài tập sau phải đạt tốc độ đọc cao hơn bài trước. Nếu không đạt được như vậy, phải tiếp tục luyện tập. Tới khi nào thì bạn cảm thấy là đã đạt được mục đích luyện tập nén phát âm? Đó là lúc bạn có thể lướt đôi mắt nhanh trên toàn bài đọc của trang giấy, không cảm thấy mình phải điểm từng chữ, khi bạn nhìn thấy hết, hiểu hết bài đọc mà không cảm thấy tồn tại cái vỏ âm thanh trong khi đọc.

Tuần thứ tư và tuần thứ năm. Luyện cách phát triển bộ máy thị giác. Chúng ta biết rằng chỉ được chuyển động mắt theo chiều thẳng đứng khi đọc nhanh. Có hai giai đoạn để nắm được phương pháp mới. Thứ nhất là mở rộng thị trường. Nhiệm vụ này được

https://tieulun.hopto.org

thực hiện nhờ luyện tập theo các bảng Sunte về điểm nhìn. Quy tắc luyện với bảng Sunte và trình tự thực hiện bài tập đã được giới thiệu ở các chương trên. Kinh nghiệm luyện tập cho thấy, lúc đầu tốc độ đọc bảng từ 45 - 60 giây. Trong quá trình luyện tập cố gắng loại trừ những nhân tố gây đọc chậm. Trong vài giây đầu, chớp lấy 5 số đầu, nhớ lấy khối đó và tiếp đến số thứ sáu. Làm như vậy sẽ giảm thời gian đọc xuống còn khoảng 26 giây. Cần chú ý việc phát âm tên số, luyện tập để thu hình tượng của số là chủ yếu. Kết hợp với gõ nhịp, có thể giảm thời gian đọc của một bảng xuống còn 23 giây. Lại đổi bảng mới và luôn tập phấn đấu hạ xuống 20 giây. Luyện tiếp với cách nhìn ở giữa bảng (nhớ vị trí khối số) và chỉ nhìn từ giữa bảng, thời gian giảm xuống được còn 18 giây. Luyện tập nhìn từ trung tâm của trang sách là một việc khó, nhưng sẽ có kết quả nếu kiên trì thực hiện các bài tập.

Giai đoạn thứ hai là củng cố thói quen đưa mắt theo chiều đứng. Đây là giai đoạn khó khăn nhất. Điều chủ yếu là phải khắc phục được hàng rào tâm lý, thiếu tin tưởng ở cách làm này.

Ở đây có những bài tập khá hiệu quả để đạt đọc 1 trang trong 15 giây. Chúng ta gọi đó là "phương pháp công phá". Đọc với chế độ này cho phép dần dần khắc phục được hàng rào kìm hãm tốc độ và là giai đoạn chuyển tiếp sang các bài tập ở sau đây - đọc 1 trang sách trong 30 giây. Ở đây, khi đưa mắt theo chiều thẳng đứng không những chỉ bao quát cả bài đọc mà còn hiểu được cả nội dung của nó.

Kinh nghiệm đọc ở nước ngoài cho hay, học viên các lớp luyện

https://tieulun.hopto.org

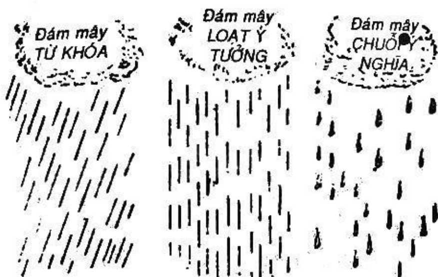
đọc nhanh đã đạt được hiệu quả tốt khi đưa mắt theo phương thẳng đứng, song việc thay đổi có tính chất tâm lý là điều khá phức tạp. Ai thực hiện được bài tập đọc 1 trang trong 15 giây rồi sau đó 30 giây có hiểu bài thì đạt được hiệu quả. Có học viên phát biểu rằng "đọc theo chiều đứng khá phù hợp, nhất là khi đọc báo, còn đối với sách -đặc biệt là sách trang khổ lớn - thì chưa phải là điều dễ dàng lắm. Tôi đọc theo chiều đứng (hơi ziczăc) và nhìn từ trung tâm của dòng. Phần còn lại phải nghĩ ra được. Đọc theo chiều đứng có thể có hai dạng: mắt đưa từ trên xuống dưới là cách tối ưu hoặc nhảy từ dòng trên xuống dòng dưới. Cũng có thể bám theo một dòng nào đó, và sau đó nhảy tiếp sang một dòng sau. Dần dần thì sẽ tìm ra cho bản thân một cách đọc theo chiều thẳng đứng thích hợp nhất với mình".

Trong thời gian luyện đọc theo chiều thẳng đứng hàng ngày nên đọc báo. Cột báo có phạm vi hẹp sẽ giúp ta phát triển thói quen đọc dọc. Bài tập số 4 chủ yếu áp dụng cho việc đọc theo chiều dọc.

Tuần thứ sáu. Đọc theo thuật toán vi sai. Đây là một trong những giai đoạn phức tạp nhất. Chúng ta cần đọc và nhớ kỹ những nguyên tắc cơ bản trong luyện tập.

Đọc nhanh, nói cho cùng là quá trình làm sáng tỏ và xử lý ý tưởng và ý nghĩa. Trong khi thực hiện các bài tập giới thiệu ở phần phụ lục, chúng ta tin tưởng rằng độ dư thừa của phần bài đọc là một hiện tượng hoàn toàn tự nhiên. Thực vậy, từ những từ ngữ cấu thành bài đọc, sau khi ta đã đánh dấu cho phù hợp với thuật toán thì còn lại một bộ phận rất nhỏ, và chính phần này tạo nên nội dung chủ yếu của bài đọc.

https://tieulun.hopto.org



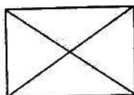
Hình 14. Ví dụ một cách biểu thị thuật toán vi sai theo dạng các đám mây.

Dưới đây trình bày thuật toán vi sai để tạo điều kiện hiểu tốt hơn và nắm dễ hơn bài đọc (h. 14).

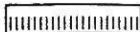
Đám mây thứ nhất là các từ khóa chảy xuống dưới dạng những hạt mưa phùn, sau đó nó tạo thành đám mây về ý tưởng với những hạt mưa to hơn, và sau cùng là đám mây thứ ba - đám mây về ý nghĩa - còn gieo xuống những hạt nặng hơn, thậm chí là mưa đá.

Sự giải thích thuật toán vi sai một cách thú vị được nêu ở hình 15. Nó phản ánh ý đồ trình bày bằng các mã khác nhau để đưa thông tin, tương ứng với các mức độ thu hẹp lại của bài. Các từ khóa là những mã truyền thông tin ở dạng chữ. Dãy ý tưởng buộc phải thể hiện ý đồ một cách ngắn gọn nhất - chẳng hạn, chỗ chừa cho bưu ảnh không còn chỗ trống để điền chữ vào. Mã để truyền thông tin một cách ngắn gọn nhất trong thực tế là điện tín.

https://tieulun.hopto.org







Điện tín-

Thư-các từ khóa   Bưu thiếp-loạt ý tưởng   Các ý nghĩa

Hình 15. Ví dụ khác về cách thể hiện mẫu thuật toán.

Việc thực sự nắm được thuật toán vi sai sẽ đạt được khi nhận thức bài đọc và hiểu ý nghĩa của nó một cách thoải mái, xảy ra tự động.

Khi đọc bài tập kiểm tra trong trường hợp này không phải để luyện tốc độ mà chủ yếu là phải hiểu sâu và đầy đủ nội dung bài đọc. Nếu sau khi kiểm tra, hệ số hiểu trong khoảng 0,8 - 0,9, mà tốc độ không thấp hơn tốc độ của bài tập kiểm tra trước là đã đạt yêu cầu.

Tuần thứ bảy. Luyện tập trung tư tưởng. Trong một tuần, tất nhiên chưa thể đủ thời gian để phát triển chỉ tiêu quan trọng này. Muốn thực hiện một cách có hiệu quả phải làm bài tập trong hai tuần. Cũng cần phải nói thêm rằng nhiều học viên của lớp luyện nhanh còn phải tốn nhiều thời gian luyện tập thói quen này còn nhiều hơn thời gian quy định. Trong mọi trường hợp đều phải kiểm tra tốc độ đọc theo công thức đã biết.

Tuần thứ tám. Phát triển trí nhớ. Bài tập có hiệu quả nhất để phát triển trí nhớ là đọc nhanh và đọc nhiều. Việc luyện trí nhớ phải thực hiện thường xuyên, không chỉ hạn chế trong thời kỳ luyện tập đọc nhanh.

https://tieulun.hopto.org

Trong tuần lễ luyện trí nhớ cần phát hiện được nhược điểm về trí nhớ của mình để có cách khắc phục. Cuối cùng phải đọc bài tập đã nêu trong phần phụ lục.

Tổng kết việc luyện tập. Khi kết thúc "chu trình" luyện 8 tuần, cần phải tổng kết. Đã có bài tập để kiểm tra toàn diện, xem như nghiệm thu kết quả đọc nhanh. Tính toán tốc độ đạt được so với tốc độ ban đầu chắc sẽ đánh giá được kết quả học tập.

Tuần	*Tổng kết "chu trình" luyện 8 tuần*	
	Nội dung luyện tập	**Tự đánh giá kết quả (đạt hay không)**
1	Thuật toán tích hợp	
2 và 3	Nhịn phát âm	
4 và 5	Phát triển bộ máy thị giác	
6	Thuật toán vi sai	
7	Luyện tập trung tư tưởng	
8	Phát triển trí nhớ	

MƯỜI QUY TẮC VÀNG CỦA VIỆC ĐỌC NHANH

- *Quy tắc 1.* ĐỌC KHÔNG LÙI LẠI. Dù bài về khoa học và kỹ thuật khó đến đâu cũng chỉ đọc một lần. Không được chuyển động mắt trở lại. Chỉ khi đã đọc xong và suy nghĩ về những điều đã đọc, mới có thể được đọc lại bài nếu như thật cần thiết.

- *Quy tắc 2.* ĐỌC VÀ HIỂU THÔNG TIN THEO KHỐI

https://tieulun.hopto.org

THUẬT TOÁN TÍCH HỢP. Phải thường xuyên nhớ nội dung của từng khối. Trong quá trình đọc, hãy tìm cách trả lời câu hỏi tiêu chuẩn đề ra cho mỗi khối của thuật toán.

- *Quy tắc 3.* ĐỌC KHÔNG PHÁT THÀNH TIẾNG. Đọc mà phát âm là kẻ thù của việc đọc nhanh. Hãy thực hiện các bài tập và gõ nhịp để nhịn phát âm. Khi thấy tốc độ đọc bị giảm, cần phải luyện lại.

- *Quy tắc 4.* CHUYỂN ĐỘNG MẮT THEO CHIỀU THẲNG ĐỨNG KHI ĐỌC. Khi đọc, mắt di chuyển theo chiều thẳng đứng từ trên xuống dưới, theo dòng tưởng tượng đi từ giữa trang giấy. Hãy tập phát triển thói quen nhìn ngoại vi. Luyện tập theo các bảng Sunte. Hãy đọc báo có cột hẹp, rồi đọc sách, sơ bộ vạch đường ở giữa trang bằng bút chì. Phấn đấu đọc 1 trang trong 15 giây cố hiểu nội dung chung. Tùy mức độ thành thục trong việc di chuyển mắt mà chuyển sang đọc hiểu cả trang sách trong 30 giây.

- *Quy tắc 5.* TẬP TRUNG TƯ TƯỞNG CAO ĐỘ KHI ĐỌC. Tập trung là chất xúc tác của quá trình đọc. Đọc nhanh đòi hỏi tập trung với mức độ cao. Thực hiện có hệ thống các bài tập nêu trong sách.

- *Quy tắc 6.* HIỂU NHỮNG ĐIỀU ĐÃ ĐỌC TRONG QUÁ TRÌNH ĐỌC. Khi đọc cần làm rõ các từ khóa, các điểm tựa suy lý, tức là điểm tựa để hiểu bài. Nhớ rằng khi đọc là quá trình tìm kiếm và xử lý ý tưởng và ý nghĩa.

- *Quy tắc 7.* ÁP DỤNG CÁC CÁCH NHỚ CHỦ YẾU TRONG KHI ĐỌC. Mục đích của việc đọc để nhớ. Nhớ cái gì tùy theo mục đích đọc cần thiết của mình. Chỉ nhớ những điều gì hiểu

https://tieulun.hopto.org

được. Không cần nhớ từng câu từng chữ, mà phải nhớ ý tưởng và ý đồ của tác giả bài đọc.

- *Quy tắc 8.* ĐỌC VỚI TỐC ĐỘ BIẾN ĐỔI. Biết đọc với các tốc độ khác nhau cũng quan trọng như biết đọc nhanh. Nên nhớ rằng có 5 cách đọc. Hãy biết chọn cách đọc cần thiết đúng lúc và đúng chỗ.

- *Quy tắc 9.* THƯỜNG XUYÊN LUYỆN TẬP, CỦNG CỐ KHÔNG NGỪNG THÓI QUEN.

- *Quy tắc 10.* ĐẶT TIÊU CHUẨN ĐỌC HÀNG NGÀY: 2 tờ báo, 1 tạp chí, và khoảng 50 - 100 trang sách.

https://tieulun.hopto.org

PHẦN PHỤ LỤC

Bài đọc số 1

Khối lượng: 1.537 dấu hiệu

(Trích trong "Thế giới KHKT", Tập 4, 1985)

RÙA BIỂN

Biển nước ta có ba loài rùa biển phổ biến: đồi mồi, vích và quản đồng. Đây là các loài rùa lớn có mái dài hàng mét. Đồi mồi có bộ vẩy mai xếp chồng như mái ngói và có màu sắc đẹp. Vích và quản đồng có vẩy ghép sát nhau và không có màu rực rỡ. Các loài rùa này đều phổ biến ở các biển cận nhiệt đới và nhiệt đới (Thái Bình Dương, Ấn Độ Dương, ...). Ở nước ta, từ Vịnh Hạ Long qua đảo Hoàng Sa, Côn Sơn, tới tận đảo Phú Quốc đều gặp.

Trong ba loài, chỉ có đáng lưu ý là đồi mồi và vích, vì cả hai đều cho trứng và thịt ăn ngon. Riêng đồi mồi còn cho vẩy dùng làm đồ mỹ nghệ (gọng kính, gọng ô, hộp trầu, tráp, ...). Việc sử dụng vẩy đồi mồi cho công nghệ có từ thời cổ La Mã. Sử chép là lúc đó, đã có nhập vẩy đồi mồi vào châu Âu từ phương Đông. Ở

https://tieulun.hopto.org

nước ta, nghề thủ công đồi mồi có lẽ thành hình từ cuối thế kỷ XIX. Miền Bắc đã nhận vẩy đồi mồi từ Hà Tiên, Phú Quốc chuyển ra và chế biến để dùng trong nội địa, nhưng chủ yếu cho xuất khẩu. Sản lượng vẩy hàng năm của Hà Tiên là 200kg và bán theo cân (0,6kg) hay theo cỗ (gồm 13 tấm vẩy). Vẩy vích cũng đẹp, tuy không bằng vẩy đồi mồi, nhưng quá mỏng nên ít được dùng. Còn vẩy quản đồng cũng được sử dụng như vẩy đồi mồi, nhưng giá trị kém hơn. Thịt quản đồng cũng không ngon bằng hai loài trên, nên người ta thường chỉ ăn trứng.

Rùa biển đẻ ba lần mỗi năm, từ tháng 2 tới tháng 5, lứa đầu 130 - 150 trứng, lứa thứ hai 80 - 120, lứa thứ ba 60 - 100. Thường, người ta dùng lưới vây dài 200m, cao 3m với then 30 - 40cm, hoặc dùng làm lưới quét nếu đáy quá sâu. Nhưng cũng có thể làm lều rình trên bãi lúc rùa đẻ và bắt bằng tay. Chỉ cần lật ngửa rồi bắt.

Mùa bắt rùa vào lúc gió mùa đông bắc, từ tháng 9 tới tháng 2, thuận lợi nhất là tháng 1 và tháng 2. Đoàn thuyền câu đi khoảng 20 ngày tới các đảo và tìm hốc đá để đặt lưới vì rùa thường trú trong đó. Nước phải sâu khoảng 3m trở lại. Họ chăng lưới thít quây cả bãi rùa rồi đập nước bằng gậy để xua rùa vào lưới.

Đào Văn Tiến

Bài đọc số 2

https://tieulun.hopto.org

Khối lượng: 2.009 dấu hiệu

(Trích trong "Thế giới KHKT", Tập 1, 1984)

TẬP LUYỆN YÔGA

Thường giở một quyển sách về yôga, người ta thấy một loạt hình ảnh về các asana, tức là các tư thế đứng ngồi với lưng, chân tay uốn gập trong những vị trí nhất định. Rồi nghĩ rằng yôga chủ yếu là uốn mình được theo những tư thế ấy.

Thực ra asana mới là bước đầu tiên, đặt cơ thể vào một tư thế nhất định, chuẩn bị cho hai bước sau quan trọng hơn nhiều là luyện tập hơi thở và tập luyện tâm ý. Như vậy, luyện yôga gồm ba khâu:

- Luyện thế (asana);
- Luyện khí (pranavama);
- Luyện ý (dhyana).

Tư thế thường dùng nhất là ngồi chấp bằng kiểu hoa sen như các tượng Phật. Có thể xếp thành rất nhiều asana khác nhau; chủ yếu là đặt cơ thể vào một tư thế ổn định nhất, cơ thể thoải mái và giữ yên như vậy trong một thời gian dài mà không thấy khó chịu vướng mắc gì cả (không mỏi, không đau lưng, không tắc mũi, không đau ở một điểm nào, không chóng mặt, ...). Không cần tập nhiều asana lắm, chỉ cần 5, 7 tư thế, vì có người thì vận dụng asana này dễ hơn người khác, và cũng một người, có hôm đặt mình vào tư thế này thì dễ tập hơn là thế ở khác.

https://tieulun.hopto.org

Lúc tư thế đã ổn định, bước thứ hai là làm chủ hơi thở, là luyện khí, với hai khâu chính:

- Vận dụng hệ cơ bắp gồm cơ hoành, cơ bụng, cơ ngực đưa không khí vào. Hoành cách là cơ chủ yếu và động tác quan trọng là thót bụng lúc thở ra, phình bụng lúc thở vào, chứ không phải ưỡn ngực đưa vai lên. Sau khi thở vào cũng như thở ra, ngừng chốc lát.

- Dẫn khí, tức là tập trung ý nghĩa theo dõi luồng không khí ra vào, sau đó tập trung ý nghĩ, nghĩ rằng luồng không khí được dẫn đi theo một vòng mạch nhất định trong cơ thể, luồng khí được dẫn đến đâu cơ thể nóng lên đến đấy.

Tư thế ổn định, làm chủ được hơi thở rồi là bước vào luyện ý. Đây là mục tiêu cuối cùng và cao nhất, nhưng muốn đạt được phải trải qua nhiều bước:

- Tư thế ổn định, hơi thở điều hòa, mắt nhắm, ý nghĩ không miên man, mà tập trung vào hơi thở, đó là trạng thái tĩnh (tĩnh tọa).

- Rồi giác quan không tiếp nhận cảm giác từ người nữa, não như là cách ly với thế giới xung quanh, mặc dù vẫn tỉnh, không ngủ.

- Lúc luồng suy nghĩ, cảm xúc, ký ức đều ngừng lại, sự cách biệt giữa thể con người và thế giới khách quan không còn nữa, là trạng thái dhyana (thiền nhập thiền).

Thông thường, tập đến trạng thái tĩnh là đủ để tăng cường sức khỏe; tập lên cao hơn rất khó, đòi hỏi nhiều điều kiện, và nếu làm không cẩn thận, có khi nguy hiểm cho sức khỏe hay tâm thần. Trong những bước cao, phải kết hợp sự tập trung ý nghĩ

https://tieulun.hopto.org

cao độ với những thao tác nên hơi thở rất căng trong lồng ngực. Chúng tôi không chủ trương luyện tập như vậy cho người bình thường, và bản thân cũng chỉ ngừng ở mức tập tĩnh.

Nguyễn Khắc Viện

Bài đọc số 3

Khối lượng: 12 chỗ trống

(Trích trong "Sách lịch Kiến thức phổ thông - 1990")

MỘT ĐÓNG GÓP VÀO "KỶ LỤC THẾ GIỚI"

Ca mổ tách đôi ... cháu Việt - Đức, diễn ra ngày 4-10-1988 tại ... phố Hồ Chí Minh, đã đi vào ... sử không chỉ như một thành tựu tuyệt vời về ... học, mà còn với tư cách một cuộc phẫu thuật ... tạp nhất từ trước tới nay, 67 bác sĩ và chuyên viên ngành y, trong đó có 28 bác sĩ đã ... ... ca mổ bao gồm bốn đại phẫu thuật nhằm tách rời hai cháu song sinh dính liền nhau gần 9 tuổi. Đây là ... mổ thứ tám trên thế giới thuộc dạng này, nhưng phức tạp hơn nhiều vì hai em bé đã lớn, một em bị ... tim bẩm sinh, một em bị hư vỏ não, tủy sống thoái hóa, song còn tri giác. Ngoài ra, cặp ... này chỉ có hai chân, có chung ruột già, một niệu đạo, một bàng quang, một hậu môn và một bộ sinh dục. Sau cuộc mổ kéo dài 14 ... phải mất ba lít máu, việc tách rời hai em bé Việt - Đức đã thành công.

https://tieulun.hopto.org

Bài đọc số 4

Khối lượng: 4.095 dấu hiệu.

(Trích trong "Tạp chí KHKT Xây dựng, số 13 - 1990")

TÌM HIỂU MỘT SỐ DẠNG NĂNG LƯỢNG ĐIỆN

1. Năng lượng bức xạ mặt trời. Về nguyên tắc Nhà máy điện Mặt Trời hoạt động gần giống như nhà máy nhiệt điện nhưng lò hơi được đun nóng bằng ánh nắng. Các tia nắng được hội tụ bởi các tấm gương đặt trên một diện tích rộng và có thể quay theo hướng Mặt Trời. Việc thực hiện được các điều này là rất đắt, đồng thời vì ánh nắng Mặt Trời không liên tục (ban đêm và những lúc bị mây che thì không có ánh nắng) nên người ta đang tìm cách khắc phục. Năm 1968 giáo sư Grâysơ (chuyên gia rất nổi tiếng của Mỹ về nghiên cứu sử dụng năng lượng Mặt Trời và nghiên cứu vũ trụ) đã đề nghị đưa các trạm thu nhận năng lượng Mặt Trời lên quỹ đạo của Trái Đất. Trạm có công suất 200 - 2.000MW và có khả năng truyền năng lượng thu được xuống bất cứ địa điểm nào trên mặt đất. Những đề án như vậy đã được tính toán cụ thể về kinh tế và kỹ thuật. Ví dụ, một trạm thu năng lượng với công suất 10MW phải nặng 50 - 100 ngàn tấn và chiếm diện tích 60 - 150km² trên vũ trụ. Để xây dựng một trạm như vậy phải tốn (kể cả việc chế tạo tên lửa mang nguyên vật liệu lên quỹ đạo) khoảng 1 triệu tấn nhôm (13% số nhôm của nước Mỹ), 50 - 100 ngàn tấn silic để làm pin mặt trời.

https://tieulun.hopto.org

Để đưa được khối lượng nguyên liệu ấy lên quỹ đạo cần tới 700 chuyến tên lửa và mỗi chuyến phải đưa được khoảng 250 tấn lên quỹ đạo. Việc lắp ráp trên quỹ đạo cần khoảng 500 cán bộ chuyên môn. Bởi vậy khi hoàn thành nhà máy điện kiểu này thì giá 1kWh có thể 1.500 - 4.000 đôla Mỹ nhưng chỉ sau 3 năm là hoàn vốn và có thể làm việc trong 30 năm liên tục. Do phải đầu tư tốn kém và kỹ thuật phức tạp như vậy nên một quốc gia thì không đủ sức đảm nhiệm cả công trình, mà đòi hỏi sự hợp tác quốc tế của nhiều nước.

Nhiều nhà khoa học cho rằng tốt hơn hết là khai thác năng lượng Mặt Trời theo nguyên tắc biến đổi quang điện, tức là biến trực tiếp năng lượng ánh sáng thành điện năng. Nhưng cách giải quyết này vẫn còn rất tốn kém.

Liên Xô sau khi xây dựng xong nhà máy điện chạy bằng năng lượng bức xạ Mặt Trời ở Crimê, đang chuẩn bị xây dựng một nhà máy loại này nữa công suất 300MW. Phối hợp với các đồng nghiệp ở Hãng SHARP, các chuyên gia kỹ thuật của hãng FUJI (Nhật Bản) đã thiết kế và chế tạo thành công loại trạm điện dùng năng lượng mặt trời có công suất 150kW cung cấp điện đủ dùng cho 700 người. Ở nước ta những năm 1981 - 1985 Viện nghiên cứu khoa học kỹ thuật (Bộ Năng lượng) đã nghiên cứu chế tạo và thử nghiệm các thiết bị giàn đun nước nóng bằng năng lượng Mặt Trời.

2. Năng lượng nguyên tử. Hầu hết các lò phản ứng hạt nhân hiện nay đều hoạt động theo phương pháp neutron chậm và mặc dù các mỏ đều nhỏ, đồng thời phụ thuộc rất

https://tieulun.hopto.org

nhiều vào khả năng khai thác nhưng trữ lượng vẫn lớn hơn nhiều so với năng lượng dùng nhiên liệu hữu cơ. Nếu sau này tìm được phương pháp neutron nhanh thì trữ lượng sẽ không bao giờ hết.

3. Năng lượng địa nhiệt. Khoan hai giếng thật sâu cách nhau một khoảng thích hợp, bơm nước lạnh vào một giếng. Khi thấm qua đất thì nước được đun nóng rồi chảy vào giếng 2 và được bơm lên để dùng. Nếu có nguồn nước nóng ngay trong lòng đất thì chỉ việc bơm lên để dùng nhưng điều này rất hiếm. Ở nước ta theo số liệu thăm dò của Tổng cục Địa chất, có khoảng 150 nguồn nước nóng từ 40 đến 100°C chảy từ trong lòng đất, trong đó có nhiều điểm ở ven biển miền Trung và tây bắc Bắc bộ. Các năm 1983 - 1984 Bộ Điện lực, Tổng cục Địa chất và Viện Năng lượng nguyên tử quốc gia đã sử dụng mô hình sử dụng nước nóng ở Mỹ Lâm (Hà Tuyên) với giếng khoan sâu 150m, lưu lượng 6 l/s và nhiệt độ 65°C để sấy chè búp, sắn lát và dược liệu, đạt chất lượng cao. Năm 1985 Bộ Điện lực đã triển khai ứng dụng thiết bị dưới dạng mẫu công nghiệp ở Hội Vân (Nghĩa Bình) với giếng khoan sâu 128m, lưu lượng 10 l/s và nhiệt độ 87°C để sấy cơm dừa, cùi dừa nạo nhỏ, công suất 3 -4 tấn sản phẩm tươi/ngày.

4. Năng lượng khí biogas. Đây là dạng năng lượng mới nhưng đầy lý thú. Khí biogas (trong đó khí mêtan chiếm 50 - 80%) được tạo thành bởi quá trình hoạt động của các vi sinh vật trong phân, thực phẩm thừa và rác phế thải. Ở Liên Xô hàng năm có thể sản xuất ra khoảng 100 tỷ m^3, tức là

https://tieulun.hopto.org

khoảng 10% sản lượng khí tự nhiên. Điều lợi ích nữa là phân, rác sau quá trình này sẽ có chất lượng tốt hơn đối với cây trồng.

5. Năng lượng sóng. Khi tốc độ gió 12 m/s thì năng lượng sóng trên 1 mét dài ngọn sóng là 10 - 60kW. Trạm thu nhận năng lượng này giống như các hộp nổi lập lờ trên mặt nước, kích thước hộp đủ lớn để sóng có thể tràn qua. Trong hộp được chia thành nhiều ngăn nhỏ. Khi sóng qua hộp, không khí trong các ngăn bị nén lại sẽ tràn qua các kênh sang ngăn bên cạnh làm quay tuabin khí và máy phát nhỏ sẽ nạp điện cho acquy.

6. Năng lượng gió. Viện kỹ thuật cơ giới quân sự (Tổng cục Kỹ thuật, Bộ Quốc phòng) đã nghiên cứu thiết kế và chế tạo thành công các loại máy phát điện chạy bằng sức gió có công suất 0,5; 1,0; 2,0; 3,0kW. Quạt làm việc thường xuyên có hiệu quả ở nơi có gió cấp 3 đến cấp 9, chịu bão cấp 12 vẫn an toàn. Các máy phát điện chạy bằng sức gió có thể nạp acquy, thắp sáng hoặc dùng cho thiết bị thông tin, bơm nước từ giếng sâu hoặc bơm nước lên tầng cao. Chương trình cấp Nhà nước đã đặt các máy đó ở Cam Ranh, Trường Sa và một số trạm biên giới. Tại Anh vừa đưa vào sử dụng tuabin gió lớn nhất thế giới tại núi Bơga trên đảo Oocnây. Tuabin có rôto nặng 64 tấn và được đặt trên cột cao 45m để biến năng lượng gió thành điện năng dùng cho sinh hoạt của 2000 gia đình.

N.V.T.

https://tieulun.hopto.org

Bài đọc số 5

Khối lượng: 1.820 dấu hiệu

(Trích trong "Science News" No 263 - 1982)

CÁC VỆ TINH NHÂN TẠO CỦA ẤN ĐỘ

Tổ chức nghiên cứu vũ trụ của Ấn Độ ngày 10-4-1982 đã phóng thành công vệ tinh nhân tạo thứ sáu của nước này với tên lửa của cơ quan Hàng không vũ trụ quốc gia Mỹ (NASA). Vệ tinh này được gọi là INSAT-1 và là một vệ tinh đa chức năng, nhưng chủ yếu dùng cho liên lạc và dự báo thời tiết. Đây là vệ tinh thứ năm của Ấn Độ được đưa lên quỹ đạo bằng các tên lửa không phải của Ấn Độ, nhưng là vệ tinh đầu tiên mà việc dùng tên lửa của nước ngoài phải mất tiền.

Vệ tinh đầu tiên của Ấn Độ mang tên Arybuata được phóng từ ngày 19-4-1975 là một vệ tinh thiên văn. Việc phóng vệ tinh này với sự giúp không của Liên Xô về tên lửa, chủ yếu nhằm chứng minh khả năng của Ấn Độ về thiết kế vệ tinh xử lý số liệu, theo dõi đường bay và một số kỹ thuật vũ trụ khác. Trước đó từ lâu, Ấn Độ đã hợp tác nhiều lần với Liên Xô trong việc phóng các tên lửa thăm dò khí quyển.

Năm 1979, vệ tinh thứ hai của Ấn Độ, vệ tinh thăm dò tài nguyên mang tên Bhaskara-1 cũng được phóng bằng tên lửa Liên Xô, lần này cũng không phải trả tiền.

Vệ tinh phóng bằng tên lửa chính của Ấn Độ, vệ tinh thứ ba,

https://tieulun.hopto.org

bay vào quỹ đạo ngày 18-7-1980. Đây là vệ tinh thử nghiệm nhỏ mang tên là Rohini. Với các tên lửa của mình, Ấn Độ dự kiến sẽ phóng một số vệ tinh có trọng lượng lớn hơn, trong đó có loại vệ tinh bay vòng qua các địa cực.

Vệ tinh thứ tư của Ấn Độ đã được phóng năm 1981 nhờ tên lửa Ariane thứ ba của Cơ quan vũ trụ châu Âu (ESA) và cũng không phải trả tiền phóng. Trong lần này, ngoài vệ tinh của Ấn Độ, còn có một số vệ tinh của ESA. Mục đích chủ yếu của Ariane là phóng các vệ tinh lên quỹ đạo chuyển, sau đó đưa sang quỹ đạo địa tĩnh. Vệ tinh thứ tư của Ấn Độ là một vệ tinh liên lạc thử nghiệm, gọi là Applo.

Cũng như năm 1981, vào cuối năm 1982, với sự giúp đỡ về tên lửa của Liên Xô, vệ tinh thứ năm của Ấn Độ Bahskara-2 đã được đặt lên quỹ đạo.

Để phóng vệ tinh thứ sáu INSAT-1, Ấn Độ đã trả cho Mỹ 25 triệu đôla (tên lửa Delta). Vệ tinh INSAT-2, theo dự kiến sẽ phóng vào năm 1983 trong chuyến bay thứ tám của tàu con thoi Mỹ, lần này cũng phải trả tiền. Các vệ tinh INSAT của Ấn Độ (Indian National Satellite System) có khả năng thực hiện liên lạc bằng điện thoại và truyền số liệu, truyền trực tiếp các chương trình màu tới các máy thu hình ở các làng xóm xa xôi, tiến hành quan sát thời tiết sau nửa giờ một và làm trạm chuyển tiếp truyền số liệu cho nhiều loại dụng cụ đặt ở mặt đất.

Đặng Mộng Lân (theo J. Eberhart)

https://tieulun.hopto.org

Bài đọc số 6

Khối lượng: 1.568 dấu hiệu

(Trích trong "Xây dựng xưa và nay" Phêrenx Sêbiôc)

ĐIỀU KỲ LẠ CỦA THÁP MỸ LATINH

Việc thiết kế những ngôi nhà bền vững đối với động đất trở thành một trong những môn khoa học mới về nền móng. Người ta có quyền nói rằng những thành tựu mới nhất của môn khoa học trẻ tuổi này thật là phi thường.

Thành phố Mêhicô xây dựng trên đất sét và tro núi lửa. Sáng sớm ngày 26 tháng 7 năm 1957, trên bờ Thái Bình Dương của nước này, ở giữa cánh đồng gần Chimpanxingo một núi lửa mới hình thành và cú đẩy ngầm dưới đất xảy ra lúc đó đã làm rung chuyển toàn bộ miền Trung Mỹ. Mức độ tàn phá ở Mêhicô thật là lớn. Phần lớn thành phố trong vòng chưa đầy một giây đã biến thành gạch vụn. Cùng với các đội chữ thập đỏ còn có cả một ban gồm chủ yếu là các nhà địa chất và kỹ sư cũng vào khảo sát với mục đích rút ra những bài học cần thiết.

Sự xem xét sơ bộ của ban này đã đưa đến những kết quả đáng chú ý. Trong thành phố, nếu không kể một số hư hỏng nhỏ thì tất cả các ngôi nhà hai tầng đều nguyên vẹn, còn hầu hết các ngôi nhà nhiều tầng đều bị đổ. Duy có ngôi nhà chọc trời của cơ quan Xổ số nhà nước và ngôi nhà tháp Mỹ Latinh 43 tầng vẫn hoàn toàn nguyên vẹn, trong hai công trình này chỉ bị vỡ mấy

https://tieulun.hopto.org

mảnh kính cửa sổ. Tất cả các dấu hiệu đều chứng tỏ động đất gây tác hại lớn nhất cho những ngôi nhà nào có tần số dao động bản thân gần bằng tần số của sóng động đất (hiện tượng cộng hưởng).

Ở Mêhicô, tình hình xảy ra cũng đúng như thế: tần số dao động lan truyền trong đất rời đúng bằng tần số dao động của bản thân của những ngôi nhà bốn - năm tầng. Còn ... tháp Mỹ Latinh không bị thiệt hại vì tần số dao động của bản thân nó khác. Và điều này không phải ngẫu nhiên: các tác giả thiết kế ngôi tháp trước khi xảy ra động đất này 13 tháng đã công bố các tính toán của mình trong hội nghị các nhà nghiên cứu động đất ở Caliphornia.

Trận động đất này đã mở ra bước ngoặt căn bản trong khoa học xây dựng của thế giới. Ở nhiều nơi, người ta thay đổi quy phạm xây dựng. Và điều kỳ lạ của tháp Mỹ Latinh đã làm cho người ta cũng quan tâm đến môn cơ học đất đang ngày càng phát triển.

(Người dịch: Bùi Vạn Trân)

https://tieulun.hopto.org

CÂU HỎI KIỂM TRA

*** Bài đọc số 1**

1. Tên bài?
2. Tác giả?
3. Nguồn tài liệu?
4. Bài này nói về loài gì?
5. Có mấy loại rùa phổ biến ở nước ta?
6. Đồi mồi quý vì những đặc điểm gì?
7. Rùa biển mỗi năm đẻ mấy lần?
8. Có mấy cách bắt rùa?
9. Vào mùa nào bắt rùa tốt nhất?
10. Nơi đặt lưới để bắt rùa?

*** Bài đọc số 2:**

1. Tên bài?
2. Tác giả?
3. Nguồn tài liệu?
4. Việc xảy ra ở nước nào?
5. Asana là gì?
6. Có mấy khâu luyện yôga?
7. Nội dung 2 khâu luyện khí?
8. Trạng thái dhyana là gì?
9. Thường nên tập đến mức nào là đủ?
10. Ý khuyến dụ của tác giả?

https://tieulun.hopto.org

* **Bài đọc số 3:** Bài này ngoài việc kiểm tra tốc độ đọc, có yêu cầu luyện nhìn bao quát. Hãy điền các từ thích hợp vào chỗ trống. Sau đó kiểm tra số chỗ điền đúng (Đ) và đo thời gian điền (T) tính bằng giây. Khả năng bao quát tính theo công thức: K = T: Đ. Đánh giá: K = 3 - 5: giỏi, 5,1 - 7: khá, 7,1 - 10: đạt.

* **Bài đọc số 4:** Bài này, ngoài yêu cầu kiểm tra tốc độ đọc, còn luyện nhìn theo chiều thẳng đứng trong trường hợp đọc các cột báo (chú ý: bài in theo 2 cột).

1. Tên bài?
2. Tác giả?
3. Nguồn tài liệu?
4. Số dạng năng lượng đề cập tới trong bài?
5. Nguyên tắc hoạt động của Nhà máy điện Mặt Trời?
6. Nguyên tắc biến đổi quang điện có kinh tế không?
7. Kể tên 2 hãng của Nhật phối hợp thiết kế với Liên Xô trạm điện Mặt Trời công suất 150kW?
8. Số liệu về nguồn nước nóng ở nước ta?
9. Tác giả nói gì về việc áp dụng khí biogas ở Việt Nam?
10. Kể các địa điểm đã được đặt máy phát điện bằng sức gió ở nước ta hiện nay.

* **Bài đọc số 5:**

1. Tên bài?
2. Tác giả?
3. Nguồn tài liệu?

https://tieulun.hopto.org

4. Chuyện xảy ra ở đâu, có liên quan đến những nước nào?

5. Ấn Độ đã phóng được mấy vệ tinh nhân tạo?

6. Tên vệ tinh đầu tiên?

7. Ấn Độ phóng vệ tinh bằng tên lửa của mình vào ngày nào?

8. Đặc điểm của vệ tinh thứ tư?

9. Năm phóng vệ tinh thứ năm?

10. Tính năng của các vệ tinh INSAT?

*** Bài đọc số 6:**

1. Tên bài?

2. Tác giả và dịch giả?

3. Sách nào?

4. Trận động đất xảy ra vào ngày nào, ở đâu?

5. Hiện tượng lạ trong trận động đất?

6. Tại sao ngôi nhà cao 43 tầng không đổ?

7. Phát hiện có giá trị về khoa học?

8. Các nhà nghiên cứu về động đất đã được các tác giả thiết kế thông báo như thế nào?

9. Ý nghĩa của trận động đất này?

10. Bạn rút ra được điều gì lý thú?

https://tieulun.hopto.org

BỘ BẢNG SUNTE

15	6	16	9	14
1	3	20	24	2
18	22	10	21	12
17	11	23	5	25
7	4	13	19	8

21	5	20	2	8
12	23	9	14	12
24	10	1	19	17
16	7	18	25	6
3	15	4	11	22

12	21	4	12	8
1	10	17	19	2
23	16	5	15	9
7	24	22	18	25
11	20	3	14	6

7	18	4	9	22
16	25	13	2	11
6	10	1	20	5
15	25	17	14	19
3	12	21	23	8

https://tieulun.hopto.org

6	1	18	22	14
12	10	15	3	25
2	20	5	23	13
16	21	8	11	7
9	4	17	19	24

22	25	7	21	11
6	2	10	3	23
17	12	16	5	18
1	15	20	9	24
19	13	4	14	8

9	5	11	23	20
14	25	17	19	13
3	21	7	16	1
18	12	6	24	4
8	15	10	2	22

21	12	7	1	20
6	15	17	3	18
19	4	8	25	13
24	2	22	10	5
9	14	11	23	16

5	14	12	23	2
16	25	7	24	13
11	3	20	4	18
8	10	19	22	1
21	15	9	17	6

14	18	7	24	21
22	1	10	9	6
16	5	8	20	11
23	2	25	3	15
19	13	17	12	4

https://tieulun.hopto.org

https://tieulun.hopto.org

TÀI LIỆU THAM KHẢO CHÍNH

1. Kusnexov O. Tekhnika bystrgo chtennija. M. "Kniga", 1977.
2. Povarin S. I. Kak chitat, knigi M. "Kniga", 1974.
3. Golgamar G. I. Informaxionnoe obespechenie issledovaniji razrabotok. M. Sovetskoe Radio, 1976
4. Nguyễn Huy Côn, Kỹ thuật đọc nhanh (tài liệu báo cáo khoa học) - UBXDCBNN, Hà Nội - 1984
5. Bản tin chọn lọc KHKT số 18/82. Viện TTKHKTTƯ
6. Thế giới khoa học và kỹ thuật. Tập I và IV, NXB KTKT 1984, 1985
7. Sách lịch kiến thức phổ thông 1990, NXB KHKT
8. Tạp chí KHKT Xây dựng, Hội Xây dựng VN, số 13/90
9. F. Richode - Cours de la super - lecture. P. 1966

https://tieulun.hopto.org

https://tieulun.hopto.org

MỤC LỤC

https://tieulun.hopto.org

KỸ THUẬT ĐỌC NHANH SÁCH BÁO VÀ TÀI LIỆU KHOA HỌC - KỸ THUẬT

NGUYỄN HUY CÔN

Chịu trách nhiệm xuất bản : **TS QUÁCH THU NGUYỆT**

Biên tập : **NGUYỄN LỤC**

Bìa : **TRÍ ĐỨC**

Sửa bản in : **THỦY TÚ**

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

161B. Lý Chính Thắng - Quận 3 - Thành phố Hồ Chí Minh

ĐT : 9316289 - 9316211 - 8465596

Fax : 08.8437450

E-mail : nxbtre@hcm.vnn.vn

CHI NHÁNH TẠI HÀ NỘI

40 Láng Hạ - Quận Đống Đa - Hà Nội

ĐT : (04) 7762128

Fax : (04) 8357444

E-mail : vanphongnxbtre@hn.vnn.vn

In 1.000 cuốn, khổ 14 x 20 cm. Tại XN In Gia Định, số 9D Nơ Trang Long, Q. Bình Thạnh, TP. Hồ Chí Minh - ĐT: 8412644. Số đăng ký kế hoạch xuất bản 1411/123-CXB, do Cục Xuất bản cấp ngày 30.11.1999 và giấy trích ngang KHXB số 640/2003. In xong và nộp lưu chiểu tháng 6 năm 2003.

https://tieulun.hopto.org

nhatbook.com



KỸ THUẬT ĐỌC NHANH CÁC SÁCH BÁO VÀ TÀI LIỆU KHOA HỌC - KỸ THUẬT

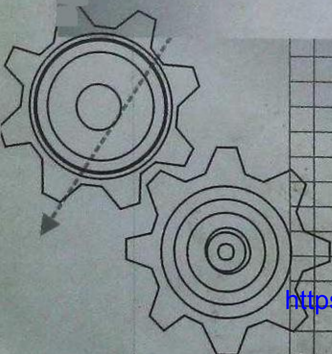
Luyện đọc nhanh như thế nào?

Các đặc điểm của quá trình đọc

Các cơ sở khoa học của kỹ thuật đọc nhanh

Nhìn, hiểu và nhớ

Các loại bài tập chủ yếu để luyện đọc nhanh







https://tieulun.hopto.org